ĐỨC PHẬT
đã dạy những gì

Thích Nữ Trí Hải dịch

What
THE BUDDHA
Taught

Walpola Rahula

Đức Phật
Đã Dạy Những Gì
(Con đường thoát khổ)

What The Buddha Taught

Walpola Rahula

Đức Phật
Đã Dạy Những Gì

(Con đường thoát khổ)

THÍCH NỮ TRÍ HẢI dịch

Hòa Thượng THÍCH MINH CHÂU giới thiệu

Lời giới thiệu

Đại đức Rahula, người Xri-lan-ca được đào tạo trong truyền thống Thượng tọa bộ tại Phật học viện Pirivena, sau vào Đại học Xri-lan-ca đậu bằng B.A (London) rồi viết luận án Tiến sĩ về lịch sử đạo Phật ở Xri-lan-ca và được cấp bằng Tiến sĩ triết học (Ph.D). Sau Đại đức qua Calcutta, cộng tác với các giáo sư Đại thừa và bắt đầu học chữ Hán và chữ Tây Tạng. Cuối cùng Đại đức qua Đại học đường Sorbonne để nghiên cứu về Ngài Asanga (Vô Trước) và lâu nay vẫn ở tại Paris vừa giảng dạy đạo Phật, vừa trước tác sách vở. Như vậy Đại đức có thể được xem là tinh thông cả hai giáo lý Đại thừa và Tiểu thừa. Kỳ qua Paris năm 1965, tôi có viếng thăm Đại đức và trong câu chuyện ngót hai tiếng đồng hồ, chúng tôi bàn luận rất nhiều về liên lạc giữa Nam tông và Bắc tông, và chúng tôi đồng ý rằng cả hai tông đều chấp nhận và thọ trì một số giáo lý căn bản.

Nói một cách khác, không có Đại thừa, Tiểu thừa, không có Nam tông hay Bắc tông. Sở dĩ có phân chia tông phái là vì sự diễn biến của lịch sử và sự truyền bá của đạo Phật qua nhiều truyền thống, văn hóa, ngôn ngữ, phong tục, quốc độ khác nhau và tông phái nào cũng chấp thuận một số giáo lý căn bản chung cho tất cả truyền thống. Quyển sách này là một sự cố gắng của tác giả để giới thiệu những giáo lý căn bản ấy và những ai muốn tìm hiểu đạo Phật cũng cần phải hiểu biết ít nhất số giáo lý căn bản ấy. Riêng đối với Phật tử Việt nam một số lớn được học ngay vào kinh điển Đại thừa, lại cần phải hiểu giáo lý căn bản này để soi sáng lại sự hiểu biết của

mình và để tìm lại sự liên tục của quá trình phát triển tư tưởng Phật giáo. Riêng đối với sinh viên Đại học Vạn hạnh, tài liệu của tập sách này cần được xem là tài liệu căn bản và tối thiểu để xây dựng nền tảng Phật học của mình.

Quyển sách này viết cho giới trí thức Âu Mỹ, một giới trí thức có một bối cảnh khoa học và văn minh Cơ đốc giáo, nên các vấn đề thảo luận, phương pháp trình bày rất thiết thực, linh động, sát với thực tế và liên hệ ngay đến đời sống và những thắc mắc hiện đại. Giá trị quyển này phần lớn nhờ ở điểm này. Tác giả dẫn chứng rất nhiều lời dạy trong kinh điển Pàli để chứng minh cho sự trình bày của mình, một thái độ và một phương pháp khoa học đáng được hoan nghênh và bắt chước. Thường chúng ta trình bày đạo Phật ngang qua sự hiểu biết của chúng ta, và điều nguy hại hơn ngang qua cảm tình và sở thích của chúng ta, và vì vậy nhiều khi tư tưởng và thái độ của đức Phật bị bóp méo, rạn nứt rất nhiều. Để bớt tệ hại này, phương pháp hữu hiệu nhất là dẫn chứng trong kinh điển những lời dạy của chính đức Phật để xác chứng quan điểm của mình trong khi trình bày, một thái độ mà tác giả tập sách này đã theo rất trung thành.

Dịch giả quyển sách này là cô Trí Hải, một tên quá quen thuộc với giới học giả, với tài dịch thuật và sự hiểu biết giáo lý căn bản của cô để khỏi cần phải giới thiệu dài dòng về cô. Tên của cô cũng đủ bảo đảm cho giá trị dịch thuật của tập sách này rồi.

Saigon, ngày 9-1-1966

Tỳ-kheo Thích Minh Châu

Viện trưởng Viện Đại Học Vạn Hạnh

Lời nói đầu

Hiện nay trên khắp hoàn cầu, Phật học càng ngày càng được chú ý. Nhiều hội Phật học và những nhóm học Phật đã ra đời, và nhiều sách viết về giáo lý đức Phật đã xuất hiện. Tuy nhiên, một điều đáng tiếc là tác giả những sách ấy phần nhiều không thực có thẩm quyền trong địa hạt, hoặc đưa ra những giả thuyết sai lầm rút từ những tôn giáo khác, do đó trình bày và giải thích Phật giáo một cách sai lạc. Một vị giáo sư về Tôn giáo tỉ giảo gần đây viết một cuốn sách về Phật giáo, nhưng không biết cả đến điều rằng A-nan, thị giả trung kiên của đức Phật là một Tăng sĩ, và lại tưởng ông ta là một cư sĩ thế tục! Kiến thức Phật học do những cuốn sách như thế truyền bá sẽ ra sao, độc giả cũng có thể tưởng tượng.

Cuốn sách nhỏ này trước hết dành cho độc giả trí thức chưa có hiểu biết đặc biệt gì về Phật pháp, mà muốn biết thực sự đức Phật đã dạy những gì. Nhắm vào hạng người này, tôi đã cố trình bày gọn và trực tiếp, những lời của chính đức Phật đã dạy, như được thuật lại trong Tam tạng Pàli mà các học giả đều xem là tư liệu cổ xưa nhất còn tồn tại về giáo lý Phật. Tài liệu và

những trích dẫn trong sách này đều rút từ tạng kinh ấy. Chỉ có vài chỗ tôi sử dụng những trước tác thuộc hậu kỳ.

Tôi cũng nghĩ đến những độc giả đã có một ít kiến thức về giáo lý Phật nhưng muốn khảo cứu thêm. Bởi thế gặp những thuật ngữ nòng cốt, tôi đã chua thêm tiếng Pàli; và cho những đoạn nguyên văn ở phần chú thích, cùng một thư mục chọn lọc.

Công việc của tôi đã gặp phải nhiều khó khăn: suốt tập sách tôi đã cố gắng trình bày cho độc giả Âu châu ngày nay một cái gì họ có thể hiểu được, nhưng không phương hại đến nội dung hay hình thức những lời Phật dạy. Khi viết sách này, tôi luôn luôn nhớ nằm lòng các kinh điển, cố ý duy trì những tiếng đồng nghĩa để sát cạnh nhau, những cách lặp đi lặp lại, một đặc điểm của lời Phật dạy như đã được khẩu truyền đến nay, để độc giả có một ý niệm về hình thức giảng dạy của đức Phật. Tôi đã cố hết mức theo sát nguyên văn, và làm cho lời dịch dễ hiểu.

Nhưng có một giới hạn cho sự giản dị hóa mà nếu vượt qua, chúng ta sẽ dễ đánh mất ý nghĩa đặc biệt mà đức Phật muốn truyền dạy. Vì đã chọn nhan đề là "Phật dạy những gì" *(What the Buddha taught)*, tôi nghĩ cần phải ghi lại chính những lời lẽ của đấng Đạo sư, ngay cả những con số Ngài dùng, thay vì một lối dịch thoát ý có

thể dễ hiểu hơn, nhưng lại dễ rơi vào lỗi xuyên tạc ý nghĩa.

Trong tập sách nhỏ này, tôi đã bàn đến hầu hết những gì mọi người đều công nhận là giáo lý tinh yếu và căn bản của đức Phật. Đấy là những thuyết Tứ diệu đế, Bát chính đạo, Ngũ uẩn, Nghiệp báo, Luân hồi, Duyên khởi, Vô ngã (Anatta), Niệm xứ (Satipatthàna). Dĩ nhiên sẽ có những từ ngữ chắc phải lạ lùng đối với độc giả phương Tây. Tôi đề nghị họ nên đọc chương đầu, kế tiếp đọc các chương năm, bảy, tám, rồi sau mới đọc đến các chương hai, ba, bốn, sáu, sau khi đã rõ đại ý. Không thể viết một cuốn sách về giáo lý Phật mà không đề cập những lý thuyết được cả Nguyên thủy (Theravàda) lẫn Đại thừa (Mahàyana) công nhận là căn bản trong tư tưởng hệ Phật giáo.

Danh từ Theravàda - Hinayàna hay "Tiểu thừa" không còn được dùng trong lãnh vực nghiên cứu - có thể dịch là "Tông phái của những bậc Trưởng lão" (Theras); và Mahayàna là "Đại thừa". Đấy là những danh từ dùng để chỉ hai hình thức chính của Phật giáo thịnh hành trên thế giới hiện nay. Theravàda được xem như giáo lý chính thống uyên nguyên của Phật, thịnh hành ở Xri-lan-ca (Xri-lanca), Mian-ma, Thái Lan, Cam-pu-chia, Lào, Chittagong ở Đông Hồi. Đại thừa phát triển muộn hơn, thịnh hành ở

Trung Quốc, Nhật Bản, Tây Tạng, Mông Cổ v.v.. Có vài dị biệt giữa hai phái, về tin tưởng, cách tu hành và giới luật, nhưng cả hai đều nhất trí về những giáo lý quan trọng nhất của đức Phật, như những giáo lý được đề cập trong sách này.

Tôi chân thành cảm ơn Giáo sư E.F.C. Ludowyt người đã gợi ý cho tôi viết sách này, về tất cả sự giúp đỡ của ông, về những ý kiến ông đề nghị, về việc ông chịu khó đọc lại bản thảo. Tôi cũng cảm ơn cô Marianne Mohn đã coi lại bản thảo và cho những ý kiến giá trị. Cuối cùng tôi xin ghi nhận nơi đây lòng tốt của Giáo sư Paul Demiéville, thầy học của tôi ở Paris, đã đề tựa cho cuốn sách.

Paris, tháng 7-1958

W. RAHULA

Namo Tassa Bhavagato Arahato
Sammasambuddhassa



Thành Kính Đảnh Lễ Đức Thế Tôn
Bậc A La Hán Cao Thượng
Đấng Chánh Biến Tri

Đức Phật

Đức Phật tên Tất Đạt Đa (P. Siddhattha, S. Siddhàrtha), họ Cồ Đàm (P. Gotama, S. Gautama), sống ở Bắc Ấn vào thế kỉ thứ sáu trước Tây lịch. Phụ thân Ngài là vua Tịnh Phạn (Suddhodana) cai trị vương quốc của bộ tộc Thích-ca (Sàkya; trong xứ Nepal ngày nay). Mẹ ngài là hoàng hậu Ma-gia (Màyà). Theo tục lệ tảo hôn thời ấy, năm 16 tuổi ngài cưới công chúa xinh đẹp đức hạnh tên Da-giu-đà-la (Yasodharà). Vị thái tử trẻ sống trong cung điện đầy xa hoa lộng lẫy. Nhưng khi va chạm với thực tại cuộc sống và khổ đau của loài người, Ngài quyết định đi tìm một giải pháp, con đường ra khỏi nỗi khổ bao la này. Năm 29 tuổi sau khi người con duy nhất La-hầu-la (Ràhula) ra đời, Ngài từ bỏ cung điện, trở thành một người khổ hạnh lên đường tìm đạo giải thoát.

Trong 6 năm Ngài lang thang khắp thung lũng sông Hằng (Ganges), gặp những

vị thầy danh tiếng, học lý thuyết và thực hành phương pháp của họ, khép mình vào những lối tu khổ hạnh khắt khe. Không thỏa mãn với những lý thuyết và thực hành ấy, Ngài từ bỏ mọi giáo lý và phương pháp truyền thống để đi theo con đường riêng. Cuối cùng, một buổi chiều ngồi dưới một cội cây (từ đấy cây này được gọi là cây Bồ đề có nghĩa là "trí tuệ") bên bờ sông Ni liên (Neranjarà) ở Buddha-Gaya (Bồ đề đạo tràng, gần Gaya trong xứ Bihar ngày nay) Ngài đã đạt giác ngộ. Từ đấy Ngài được tôn xưng là đức Phật, "Người đã Giác ngộ". Năm ấy Ngài 35 tuổi.

Sau khi chứng đạo, đầu tiên Phật thuyết pháp cho một nhóm 5 nhà khổ hạnh, những người bạn cũ của Ngài, tại vườn Nai (Lộc Uyển) ở Chư thiên đọa xứ (Isipatana, tức Sarnath ngày nay) gần Ba-la-nại (Benarès). Từ ấy ngài giáo hóa suốt 45 năm cho tất cả mọi tầng lớp nam nữ, vua chúa và thường dân, Bà-la-môn và cùng đinh, thương gia và hành khất, tu sĩ và bọn cướp - hoàn toàn không phân biệt. Ngài không công nhận những dị biệt về giai cấp hay tập

đoàn xã hội, và Đạo ngài mở rộng cho tất cả mọi người nam cũng như nữ, bất cứ ai sẵn sàng hiểu và tin theo.

Năm 80 tuổi, Phật nhập diệt ở Câu-thi-na (Kusinàrà, nay là Uttar Pradesh).

Hiện nay đạo Phật được lan truyền tại Xri-lan-ca, Mian-ma, Thái Lan, Cam-pu-chia, Lào, Việt Nam, Tây Tạng, Trung Hoa, Nhật Bản, Mông Cổ, Triều Tiên, Đài Loan và một vài nơi ở Ấn Độ, Hồi Quốc và Nepal và cả ở Liên Xô cũ. Tín đồ Phật giáo trên thế giới có trên 500 triệu.

*

* *

Bảng viết tắt

(các kinh Pali được trích dẫn)

A:	Anguttara-Nikàya, bản in của hội Pàli text.
Abhisa muc:	Thắng pháp tập yếu của Vô Trước.
D:	Trường bộ kinh (Colombo, 1929)
DA:	Sớ giải kinh Trường bộ.
Dhp:	Kinh Pháp cú
DhpA:	Sớ giải kinh Pháp cú
Lanka:	Kinh Lăng già (Kyoto, 1923)
M:	Kinh Trung bộ
MA:	Kinh sớ Trung bộ
Madhya kari:	Trung quán luận kệ của Long Thọ
Mh-Sutra lankara:	Mahàyànasùtràlankàra của Vô Trước (Paris, 1907)
Mhvg:	Mahàvagga, Đại phẩm (tạng Luật)
PTS:	Pàli Text Society ở Luân Đôn
Prmj:	Paramatthajotikà, bản in của PTS.
S:	Kinh Tương ưng bộ
Saratttha:	Sàratthappakàsinì, bản in của PTS
Sn:	Suttanipàta, Tiểu bộ.
Ud:	Udàna (Colombo, 1929)
Vibh:	Vibhanga (bản in của PTS)
Vism:	Thanh tịnh đạo, bản in của PTS

Chương một

THÁI ĐỘ TINH THẦN PHẬT GIÁO

Trong số những nhà sáng lập các tôn giáo, đức Phật (nếu ta có thể gọi Ngài là nhà sáng lập một tôn giáo theo nghĩa thông thường của danh từ) là vị Thầy độc nhất đã không tự xưng là gì khác hơn là một con người, hoàn toàn chỉ là một con người. Những vị Giáo chủ khác thì hoặc là Thượng đế, hay Thượng đế nhập thể trong những hình thức khác nhau, hay được Thượng đế mặc khải. Đức Phật không những chỉ là một con người, Ngài lại còn là một con người tự nhận không được một thiên khải nào từ bất cứ một vị thần linh hay một quyền năng nào khác. Ngài tuyên bố tất cả những gì Ngài thực hiện được, đạt đến được và hoàn thành được, đều hoàn toàn do nỗ lực và trí tuệ con người. Chỉ có con người mới có thể thành Phật. Mọi người đều mang trong mình khả năng thành Phật nếu họ muốn và nỗ lực. Ta có thể gọi đức Phật là một *Con*

Người tuyệt luân. Ngài quá toàn thiện trong "nhân tính" của Ngài đến nỗi về sau, trong tôn giáo của đại chúng, Ngài được xem như một "Siêu nhân".

Theo Phật giáo, hoàn cảnh con người thật tuyệt. Con người tự mình làm chủ mình, không có một thực thể hay quyền năng nào cao hơn có thể định đoạt số phận nó. Đức Phật dạy:

"Tự ta là chỗ nương tựa cho ta, còn ai khác có thể làm nơi nương tựa ?"[1]

Ngài khuyên các môn đệ hãy "nương tựa nơi chính mình," không bao giờ nên tìm nơi nương tựa hay sự giúp đỡ của bất cứ người nào khác[2]. Ngài giảng dạy, khuyến khích và cổ võ mỗi người tự mở mang và tìm sự giải thoát cho chính mình, vì con người vốn có năng lực tự giải thoát khi mọi ràng buộc bằng trí tuệ và nỗ lực của chính mình. Đức Phật dạy: "Các đức Như Lai[3] giảng dạy Chính đạo, nhưng chính các ngươi phải làm việc của mình."[4] Nếu người ta gọi đức Phật là một "đấng Cứu thế " thì cũng chỉ vì Ngài đã tìm ra và chỉ con đường đi đến giải thoát, Niết-bàn. Nhưng tự chúng ta, ta phải bước trên đường ấy.

Chính vì nguyên tắc trách nhiệm cá nhân này mà đức Phật cho các môn đệ hoàn toàn tự do. Trong kinh Mahàparinibhàna (Đại Bát Niết-bàn), đức Phật dạy Ngài không bao giờ nghĩ mình điều khiển Tăng già (Sangha)[5] và Ngài cũng không muốn đoàn thể này tùy thuộc vào Ngài. Ngài dạy rằng trong giáo lý của Ngài, không có lý thuyết huyền bí, không có gì giấu giếm trong "nắm tay của đức Đạo Sư" (àcariyamutthi), hay nói cách khác, Ngài không giấu gì trong tay áo cả ."[6]

Trong lịch sử các tôn giáo, người ta không thấy một tôn giáo nào khác có tự do tư tưởng như Phật giáo. Sự tự do này thật cần thiết, vì theo đức Phật, sự giải thoát của con người tùy thuộc vào chính sự trực nhận chân lý, chứ không phải vào ân huệ của một thần linh hay một quyền năng bên ngoài nào ban thưởng cho sự quy phục.

Một lần, đức Phật viếng thăm dân Kàlàmas ở Kesaputta một thành phố nhỏ trong vương quốc Kosala. Khi nghe đức Phật đến, những người Kàlàmas đến thăm và bạch Ngài:

"Bạch đức Thế Tôn, có nhiều ẩn sĩ và Bà-la-môn đến viếng Kesaputta. Họ giảng giải và làm sáng tỏ những lý thuyết của mình, nhưng khinh miệt, lên án, bài xích lý thuyết của những người khác. Rồi có những ẩn sĩ và Bà-la-môn khác cũng chỉ giảng giải và làm sáng tỏ những lý thuyết của riêng họ, khinh miệt, lên án và phỉ báng những lý thuyết của những người khác. Nhưng bạch Thế Tôn, về phần chúng con, chúng con luôn luôn hoài nghi và hoang mang, không biết ai trong số những ẩn sĩ và Bà-la-môn khả kính ấy đã nói sự thật, ai nói quấy."

Khi ấy đức Phật đã ban cho họ lời khuyên độc đáo như sau:

"Hỡi dân Kàlamas, các ngươi hoài nghi, hoang mang là phải, vì vấn đề ấy rất khả nghi. Hỡi dân Kàlamas, đừng để bị lôi cuốn bởi những lời thuật lại, hay bởi truyền thuyết, hay bởi những lời đồn. Đừng để bị dắt dẫn bởi thẩm quyền kinh điển, hay bởi lý luận suy diễn, hay bởi những bề ngoài đáng tin, hoặc bởi lạc thú tư duy về các quan điểm, hay bởi những gì có vẻ hữu lý, hay bởi ý nghĩ: "Đây là thầy ta." Nhưng hỡi

Kàlamas, khi nào các ngươi tự mình biết một việc gì là bất thiện, sai, xấu, thì hãy dứt bỏ... và khi các ngươi tự mình biết một điều gì là thiện, tốt, thì hãy chấp nhận, đi theo."[7]

Đức Phật còn đi xa hơn nữa. Ngài bảo các Tỳ-kheo rằng một môn đệ cần phải xét đoán ngay cả đức Như Lai (đức Phật), để có thể hoàn toàn tin chắc giá trị của vị thầy mà mình đang theo.[8]

Theo giáo lý của đức Phật, nghi (vicikichà) là một trong năm chướng ngại (ngũ cái, nivarana)[9], năm trở ngại cho sự hiểu biết chân lý và cho sự tiến bộ tâm linh (hay cho bất cứ sự tiến bộ nào). Tuy nhiên, nghi không phải là một "tội lỗi", bởi vì trong Phật giáo không có những "tín điều". Quả thế, trong đạo Phật không có "tội lỗi" hiểu theo nghĩa "tội lỗi" trong vài tôn giáo khác. Cội rễ của mọi sự xấu xa là vô minh (Avijjà) và tà kiến (micchà ditthi). Một điều không thể chối cãi là bao lâu còn có hoài nghi, hoang mang, do dự, thì không thể nào có tiến bộ. Cũng không thể chối cãi được rằng hoài nghi không tránh được khi mà con người không hiểu rõ, thấy rõ. Nhưng để tiến xa hơn,

thì tuyệt đối cần phải xa lìa hoài nghi. Muốn khỏi hoài nghi, ta cần phải thấy rõ.

Vấn đề không phải là ta không nên hoài nghi hay nên tin tưởng. Chỉ nói rằng "tôi tin", không có nghĩa là bạn đã hiểu và thấy rõ. Khi học sinh giải một bài toán đến giai đoạn không biết làm sao để tiếp tục, thì sẽ rơi vào hoài nghi bối rối. Nếu còn hoài nghi, y không thể tiến lên, nên cần phải dứt nghi.

Đức Phật luôn luôn bài xích hoài nghi. Cả đến khi Ngài sắp mất. Vài phút trước khi lìa trần, Ngài còn nhiều lần bảo các môn đệ phải hỏi kỹ nếu còn có hoài nghi nào về Giáo lý của Ngài, để sau đừng hối tiếc vì không thể giải hết những thắc mắc. Nhưng các môn đệ đều im lặng.

Khi ấy đức Phật dạy một lời rất cảm động: "Nếu vì kính nể Như Lai mà các con không dám hỏi điều gì, thì mỗi người hãy nói cho bạn biết" (có nghĩa là mỗi người hãy nhờ bạn hỏi giùm cho mình điều thắc mắc).[10]

Không những sự tự do tư tưởng, mà còn sự khoan hồng của đức Phật, đã làm cho

người nghiên cứu tôn giáo sử phải ngạc nhiên. Một thuở nọ ở Nàlandà, một người giàu có và lỗi lạc tên Ưu-bà-li (Upàli), một đồ đệ tại gia hữu danh của phái Ni-kiền-tử (Nigantha - Nàtaputta) thuộc Kỳ-na giáo của Jaina Mahàvìra, được chính Mahàvìra cử đến gặp đức Phật để tranh luận và bài bác vài điểm trong thuyết Nghiệp báo, bởi vì quan điểm của đức Phật về vấn đề này khác với quan điểm của Mahàvìra[11]. Trái ngược với mong đợi, Upàli sau khi tranh luận phải chấp nhận rằng những quan điểm của đức Phật là đúng và quan điểm của thầy mình sai. Bởi thế ông ta cầu xin đức Phật nhận mình làm một đệ tử tại gia (Upàsaka, Ưu-bà-tắc). Nhưng đức Phật bảo ông ta hãy suy nghĩ lại, và đừng vội vã, vì "sự xét đoán cẩn thận rất tốt cho những người lỗi lạc như ông." Khi Upàli lập lại những lời cầu xin, đức Phật khuyên ông hãy tiếp tục kính trọng và ủng hộ những vị thầy cũ của ông ta như trước[12].

Vào thế kỉ thứ 3 trước Tây lịch, vị hoàng đế Phật tử A Dục vương của xứ Ấn Độ, theo gương đức tính khoan hồng và thông cảm cao quý ấy, đã kính trọng và

nâng đỡ tất cả mọi tôn giáo khác trong đế quốc lớn rộng của ông ta. Trong một lời tuyên bố của Hoàng đế khắc trên trụ đá đến nay ta còn đọc được:

"Người ta không nên chỉ kính trọng tôn giáo của riêng mình và bài bác những tôn giáo của kẻ khác, mà phải kính trọng tôn giáo kẻ khác vì lý do này hay lý do khác. Như thế ta có thể làm cho tôn giáo mình phát triển và giúp đỡ các tôn giáo khác nữa. Nếu không, tức là ta đã đào huyệt chôn chính tôn giáo của mình, và còn làm hại các tôn giáo khác. Kẻ nào chỉ kính trọng tín ngưỡng của mình và bài xích những tín ngưỡng khác, thực ra họ đã làm thế vì sùng kính tín ngưỡng của riêng mình, nghĩ rằng: "Tôi sẽ làm rạng danh tôn giáo của tôi". Nhưng trái lại, khi làm thế họ đã làm tổn thương tôn giáo mình một cách trầm trọng hơn nữa. Bởi thế sự hòa hảo là tốt đẹp: mọi người nên lắng nghe, và có thiện chí lắng nghe những lý thuyết mà người khác đề xướng."[13]

Ở đây, ta cũng nên thêm rằng tinh thần hiểu biết cảm thông ấy ngày nay cần được áp dụng, không những chỉ trong vấn

đề lý thuyết tôn giáo, mà còn ở trong những địa hạt khác nữa.

Tinh thần khoan dung thông cảm ấy từ khởi thủy đã là một trong những lý tưởng được yêu chuộng nhất trong văn hóa và văn minh Phật giáo. Chính vì thế mà suốt trong lịch sử 2500 năm truyền giáo, Phật giáo đã không để lại một vết tích đàn áp nào, hay làm đổ một giọt máu nào để ép người ta theo đạo Phật hay để truyền bá lý thuyết. Phật giáo đã lan rộng một cách thanh bình, khắp lục địa Á châu, và hiện nay có trên 500 triệu tín đồ. Bạo động, dưới bất cứ hình thức nào, lý lẽ nào, cũng đều tuyệt đối trái ngược với giáo lý đức Phật.

Người ta thường hỏi: Phật giáo là một tôn giáo hay một triết học? Gọi nó là gì, điều ấy không quan trọng, Phật giáo vẫn là Phật giáo, dù bạn dán lên đấy nhãn hiệu gì đi nữa. Nhãn hiệu là điều phụ thuộc. Ngay cả nhãn hiệu Phật giáo mà ta đặt cho Giáo lý đức Phật cũng không mấy quan hệ. Cái tên mà ta đặt cho Phật giáo là điều không thiết yếu.

Có gì trong một danh từ ?
Hoa hồng hương ấy cho dù tên chi.

Cũng thế, chân lý không cần nhãn hiệu, nó không là Phật giáo, Gia tô giáo, Ấn giáo, hay Hồi giáo. Những nhãn hiệu tông phái là một trở ngại cho sự hiểu biết chân lý một cách tự tại, và chúng làm phát sinh những thành kiến tai hại trong tư tưởng con người.

Điều này đúng không những trong các vấn đề trí thức và tâm linh, mà còn cả trong những giao tiếp giữa người với người. Chẳng hạn, khi ta gặp một người, ta không nhìn họ như một con người, mà ta đặt cho họ một nhãn hiệu như Anh, Pháp, Đức, Mỹ hay Do Thái, và xét người ấy với tất cả những thành kiến đi kèm với nhãn hiệu ấy trong trí ta. Nhưng người ấy có thể hoàn toàn vượt khỏi những thuộc tính mà ta gán cho họ.

Con người vốn ưa thích những nhãn hiệu phân biệt, đến nỗi họ đặt cả những nhãn hiệu ấy lên trên những đức tính và cảm xúc mà mọi người đều có. Họ nói đến những "loại" bác ái khác nhau, chẳng hạn: Bác ái Phật giáo và Bác ái Gia tô giáo, và khinh bỉ những nhãn hiệu bác ái khác. Nhưng lòng bác ái không thể là bè phái, nó

không là Chúa, Phật, Ấn hay Hồi. Tình thương của một bà mẹ đối với con không là Phật hay Chúa: đấy là tình mẹ. Những đức tính và cảm xúc của con người như tình yêu, bác ái, từ bi, khoan hồng, kiên nhẫn, tình bạn, ham muốn, thù hận, biếng trễ, ngu si, tự phụ v.v.. không cần đến những nhãn hiệu bè phái, chúng không thuộc về một tôn giáo nào cả.

Đối với người đi tìm chân lý, một tư tưởng do từ đâu đến là điều không quan hệ. Nguồn gốc và sự phát triển của một tư tưởng là vấn đề của học giả. Quả vậy, để hiểu sự thật, chúng ta không cần biết đến ngay cả lời dạy đến từ đức Phật hay từ một người nào khác. Điều thiết yếu là thấy rõ vấn đề, hiểu nó. Có một câu chuyện quan trọng trong Trung bộ kinh (Majjhima-nikàya) (kinh số 140) làm sáng tỏ điều này.

Một hôm, đức Phật ở lại đêm trong xưởng một người thợ làm đồ gốm. Cũng trong xưởng ấy có một ẩn sĩ trẻ đến đấy trước Ngài[14]. Họ không biết nhau. Đức Phật quan sát người ẩn sĩ và tự nhủ: "Thanh niên này có những cử chỉ đáng mến. Ta nên hỏi xem về người này." Bởi thế đức Phật hỏi

người ấy: "Hỡi khất sĩ[15], nhân danh ai mà bạn đã từ bỏ gia đình? Ai là thầy của bạn? Bạn thích lý thuyết của ai?"

Chàng thanh niên đáp: "- Bạn ơi, có ẩn sĩ Cồ Đàm dòng họ Thích-ca, đã từ bỏ gia đình để trở thành một ẩn sĩ. Người ta đồn rằng đấy là một vị Arahant (A-la-hán), một bậc toàn giác. Chính nhân danh con người thánh thiện ấy mà tôi đã trở thành một ẩn sĩ. Người là Thầy tôi, và tôi thích lý thuyết của người."

- Vậy chớ con người Thánh thiện ấy, vị A-la-hán, đấng toàn giác ấy bây giờ ở đâu?

- Ở các xứ về phương Bắc, hỏi bạn, có một đô thị gọi là Sàvatthi (Xá-vệ). Chính đấy là nơi đấng Thế Tôn, vị A-la-hán, đấng toàn giác đang ở.

- Bạn đã có khi nào thấy vị ấy chưa, đấng Thế Tôn ấy? Nếu gặp Người, bạn có sẽ nhận ra Người hay không ?

- Tôi chưa bao giờ thấy đức Thế Tôn ấy. Nếu gặp Người, tôi cũng sẽ không làm sao nhận ra được.

Đức Phật nhận ra rằng chính nhân danh Ngài mà người thanh niên xa lạ này đã từ bỏ gia đình và trở thành một khất sĩ. Nhưng vẫn không để lộ tông tích. Ngài bảo:

- Hỡi khất sĩ, tôi sẽ dạy cho bạn lý thuyết. Hãy chú ý lắng nghe. Tôi sẽ nói.

- Được, bạn nói đi. Người trẻ tuổi chấp thuận.

Khi ấy đức Phật giảng dạy cho thanh niên một bài thuyết pháp đặc sắc nhất về chân lý (mà ta sẽ trình bày những điểm tinh yếu về sau)[16].

Chỉ sau khi nghe Ngài thuyết pháp xong, ẩn sĩ tên Pukkusàti mới nhận ra rằng người nói với mình chính là đức Phật. Anh cúi thấp mình dưới chân đức Đạo sư, và xin lỗi Ngài vì đã không biết mà gọi Ngài là "bạn"[17]. Rồi người ấy cầu xin đức Phật truyền giới pháp và nhận mình vào đoàn thể Tăng già.

Đức Phật hỏi anh ta đã có y, bát sẵn sàng chưa (một bhikkhu - Tỳ-kheo - phải có 3 y và 1 bình bát để khất thực). Khi Pukkusàti trả lời không có, đức Phật dạy rằng những đức Như Lai (Taṭhàgatas) sẽ

không thọ ký cho một người nào nếu họ không có sẵn y, bát. Bởi thế Pukkusàti ra đi tìm y và bát, nhưng rủi thay dọc đường anh ta bị bò húc chết[18].

Về sau khi tin buồn ấy đến tai đức Phật, Ngài bảo môn đệ rằng Pukkusàti là một người thánh thiện đã thấy được chân lý và đã đạt đến giai đoạn gần cuối trên đường thực hiện Niết-bàn, và được tái sinh vào một cõi, ở đấy người ấy sẽ trở thành một vị A-la-hán[19] và cuối cùng chết để không bao giờ phải trở lại thế gian này.[20]

Qua câu chuyện trên ta thấy rõ là khi Pukkusàti lắng nghe đức Phật và lãnh hội được lời dạy của Ngài, anh ta không biết người đang nói với mình là ai, hay đấy là giáo lý của ai. Anh ta tìm thấy chân lý. Nếu vị thuốc hay thì bệnh sẽ lành. Không cần thiết phải biết ai làm nên vị thuốc ấy, hay nó từ đâu lại.

Hầu hết mọi tôn giáo đều được thiết lập trên đức tin - đúng hơn, lòng tin có vẽ mù quáng - nhưng đạo Phật nhấn mạnh trên sự "thấy biết", hiểu rõ, lãnh hội, chứ không phải trên lòng tin. Trong các bản kinh văn Phật giáo có danh từ Saddhà (Skt.

Sraddhà) thường được dịch là đức tin, lòng tin tưởng. Nhưng saddhà không phải là "đức tin" theo nghĩa thông thường, mà đúng hơn đấy là "tín", phát sinh do sự quyết đoán. Trong đạo Phật bình dân và cả trong cách dùng thông dụng nơi các bản kinh, ta phải công nhận danh từ "saddhà" có một phần ý nghĩa "đức tin" khi nó được giảng là sự nương theo Phật, Pháp (Dhamma) và Tăng (Sangha, đoàn thể Tăng già).

Theo Vô Trước, triết gia vĩ đại về Phật học vào thế kỉ thứ tư, "tín" có ba phương diện:

1. Sự tin tưởng chắc chắn và toàn vẹn về một điều gì.
2. Niềm vui thanh thoát về những đức tính.
3. Sự ước vọng hay mong muốn hoàn thành một mục đích theo đuổi.[21]

Dù hiểu thế nào, đức tin theo nghĩa phần lớn các tôn giáo có rất ít liên quan với đạo Phật.[22]

Vấn đề đức tin phát sinh khi không có sự thấy rõ - *thấy* với mọi ý nghĩa. Khi ta

thấy rõ, vấn đề đức tin biến mất. Nếu tôi bảo bạn rằng trong nắm tay tôi có một hòn ngọc, thì vấn đề tin tưởng đặt ra vì chính bạn không thấy được viên ngọc. Nhưng nếu tôi mở nắm tay và chỉ cho bạn viên ngọc, thì chính bạn đã thấy, vấn đề tin tưởng không còn đặt ra nữa. Bởi thế trong các bản kinh xưa có câu: "Nhận biết như người ta thấy một viên ngọc trong lòng tay."

Một môn đệ của Phật tên Musìla bảo một thầy tu khác: "Này bạn Savittha, không cần đức tin[23], lòng tin tưởng sùng bái, không cần ưa thích hay thiên vị, không cần nghe lời đồn đãi hay truyền thuyết, không cần xét đoán những lý lẽ bề ngoài, không cần lạc thú trong sự tư duy về các quan niệm, tôi biết và thấy rằng sự chấm dứt của sinh tử là Niết-bàn."[24]

Và đức Phật đã dạy: "Hỡi các Thầy Tỳ-kheo, ta nói rằng sự diệt trừ những điều xấu xa, bất tịnh là cốt để cho một người đã thấy và biết, chứ không phải để cho một người không thấy và không biết."[25]

Vấn đề luôn luôn là biết và thấy chứ không phải là tin. Giáo lý của đức Phật

được gọi là ehi-passika, mời bạn "đến để thấy", chứ không phải đến để tin.

Trong các bản kinh văn, những từ ngữ luôn luôn được dùng để chỉ những người đã chứng ngộ chân lý là "Pháp nhãn (con mắt pháp: dhamma-cakkhu), không bụi bặm và không cáu bẩn, đã phát sinh: "Người nào đã thấy chân lý, đã nhập vào chân lý, đã vượt qua hoài nghi, người ấy không còn do dự. Với trí tuệ chân chính, người ấy thấy đúng như thật (yathà bhùtam)"[26]. Nói đến sự giác ngộ của chính Ngài, đức Phật dạy: "Con mắt đã phát sinh, trí đã phát sinh, kiến giải đã phát sinh, ánh sáng đã phát sinh"[27]. Luôn luôn đấy là sự thấy biết qua trí hay tuệ (nàna-dassana), chứ không phải là tin tưởng qua đức tin.

Điểm này càng ngày càng được tán dương vào thời mà giáo lý chính thống Bà-la-môn bắt buộc phải tin tưởng và đương nhiên chấp nhận truyền thống và thẩm quyền của họ như chân lý độc nhất. Một ngày kia, một nhóm Bà-la-môn học thức lỗi lạc đến viếng đức Phật và tranh luận rất lâu với Ngài. Một người trong bọn, một thiếu niên Bà-la-môn mười sáu tuổi tên

Kàpathika, được cả bọn xem là thông minh xuất chúng, đã hỏi đức Phật[28]:

- Thưa đức Cồ Đàm, có những bài thánh kinh xưa cũ của những người Bà-la-môn được truyền tụng liên tục qua những bản kinh khẩu truyền. Về những bài kinh ấy, những người Bà-la-môn đã có kết luận tuyệt đối này: "Chỉ có đây mới là chân lý, và mọi điều khác đều là sai lầm." Vậy đức Cồ Đàm sẽ nói gì về điều ấy?

Đức Phật hỏi:

- Trong những người Bà-la-môn, có một người Bà-la-môn nào tuyên bố tự mình biết và thấy rằng "chỉ có đây mới là chân lý, mọi điều khác đều là sai lầm chăng?"

Người thiếu niên thật thà đáp:

- Không.

- Thế thì, có một vị thầy nào, hay một vị thầy của những vị thầy nào trong những người Bà-la-môn lùi về thời đại thứ bảy, hay cả đến bất cứ một người nào trong số những tác giả đầu tiên của những kinh điển ấy, đã tuyên bố rằng ông ta biết và thấy: "Chỉ có đây mới là chân lý, mọi sự khác đều sai lầm ?"

- Không.

- Vậy thì họ giống như một chuỗi những người mù nối đuôi nhau, người đầu tiên không thấy, người giữa cũng không thấy và người cuối cùng cũng không thấy. Như thế thì dường như trạng huống của những người Bà-la-môn giống như trạng huống của một chuỗi người mù.

Rồi đức Phật cho nhóm người Bà-la-môn một lời khuyên vô cùng quan trọng: "Một người trí giữ gìn chân lý không nên đi đến kết luận: "Chỉ có đây mới là sự thật, và mọi điều khác đều sai lầm."

Khi thiếu niên Bà-la-môn yêu cầu Ngài giải thích ý nghĩa thế nào là "Giữ gìn chân lý", đức Phật dạy:

"Một người tin tưởng một điều gì. Nếu y nói: "Đây là lòng tin của tôi" như thế là y đã giữ gìn chứng ấy sự thật. Nhưng y không thể đi đến kết luận tuyệt đối: "Chỉ có đây mới là chân lý, và mọi sự khác đều sai lầm." Nói cách khác một người có thể tin điều gì tùy ý, và có thể nói "tôi tin điều này". Như thế là y tôn trọng sự thật. Nhưng y không nên vì lòng tin ấy mà nói rằng chỉ có cái gì

y tin mới là chân lý, và mọi sự khác đều sai."

Đức Phật dạy: "Chấp trước một điều gì (một quan điểm nào) và khinh miệt những điều khác (quan điểm khác) xem là thua kém - bậc trí giả gọi đấy là một xiềng xích."[29]

Một hôm đức Phật giảng dạy[30] cho môn đệ lý thuyết về nhân quả, và họ thưa rằng đã thấy và hiểu rõ điều ấy. Đức Phật liền dạy:

"Hỡi các Tỳ-kheo, ngay cả quan niệm ấy, minh bạch và rõ ràng như thế, nhưng nếu các ông bám chặt vào đó, nếu các ông quý chuộng nó, nếu các ông cất giữ nó, nếu các ông ràng buộc vào với nó, thì vậy là các ông đã không hiểu rằng giáo lý chỉ như một chiếc bè, cốt dùng để qua sông chứ không phải để mà ôm giữ lấy."[31]

Ở một chỗ khác, đức Phật giảng ẩn dụ danh tiếng này, trong ấy giáo lý được ví như một chiếc bè dùng để qua sông, chứ không phải để nắm giữ và mang trên lưng.

"Hỡi các Tỳ-kheo, một người đi du lịch, đến một khoảng sông rộng. Bờ bên này rất

nguy hiểm, nhưng bờ bên kia thì an ổn và không có nguy nan. Không có một con thuyền nào để qua bên kia bờ sông, cũng không có một chiếc cầu nào để đi qua. Người ấy tự nhủ: "Con sông thật rộng, bờ bên này đầy hiểm nguy, nhưng bờ bên kia thì an ổn không nguy hiểm. Không có con thuyền nào để sang bên kia, cũng không có một chiếc cầu nào để qua. Bởi thế, thật sẽ rất tốt nếu ta lượm cỏ, gỗ, cành cây và lá để làm một chiếc bè, và nhờ chiếc bè đó mà qua bờ kia cho an ổn, dùng cả tay chân ta để chống chèo." Rồi hỏi các Tỳ-kheo, người ấy lượm cỏ, gỗ, cây, lá mà làm một chiếc bè, và nhờ chiếc bè ấy đưa sang bờ bên kia một cách an ổn, chống chèo bằng chân tay mình. Sau khi đã vượt qua sông đến bờ kia, y nghĩ: "Chiếc bè này thật đã giúp ích cho ta rất nhiều. Nhờ nó ta đã vượt qua an ổn đến bờ sông bên này, chống chèo bằng tay chân ta. Thật đáng nên mang chiếc bè này trên đầu hay trên lưng bất kỳ ta đi đâu."

- Các ông nghĩ thế nào hỏi các thầy Tỳ-kheo? Nếu người ấy làm như thế thì hành động của y có phải là một hành động thích đáng đối với chiếc bè hay không?

- Bạch Thế Tôn, không.

"Vậy thì y nên làm thế nào với chiếc bè? Sau khi đã vượt qua sông và đến bờ bên kia, giả sử người ấy suy nghĩ: "Chiếc bè này thật đã có công dụng rất lớn với ta. Nhờ nó ta đã sang đến bờ sông bên này một cách an ổn, chống chèo bằng tay chân ta. Ta nên để chiếc bè này trên nước, rồi tiếp tục đi bất cứ đâu." Ấy là hành động một cách thích đáng đối với chiếc bè. Cũng thế, hỡi các Tỳ-kheo, ta đã truyền dạy một giáo lý tương tự như một chiếc bè, nó cốt dùng để vượt qua, chứ không phải để mang theo, ôm giữ. Hỡi các Tỳ-kheo, đã hiểu rằng giáo lý chỉ như một chiếc bè, thì pháp (dhamma) các ông còn phải lìa bỏ, huống nữa phi pháp (adhamma)[32] thì lại càng nên xả bỏ biết chừng nào."

Từ ẩn dụ này ta thấy rõ rằng giáo lý của đức Phật là cốt để đưa con người đến an ổn, thanh tịnh, hạnh phúc, đạt đến Niết-bàn (Nirvàna). Toàn bộ lý thuyết đức Phật dạy đều dẫn đến cứu cánh ấy. Ngài không nói ra những điều chỉ để mà thỏa mãn tò mò tri thức. Ngài là một vị Thầy thực tiễn

chỉ dạy những điều sẽ đem lại hạnh phúc an vui cho con người.

Một lần đức Phật ở lại trong một rừng Simsapa ở thành Kosambi (gần Allanhabad). Ngài cầm một nắm lá, và hỏi các môn đệ:

- Hỡi các thầy Tỳ-kheo, các thầy nghĩ thế nào? Lá trong tay ta nhiều hơn hay lá trong rừng nhiều hơn ?

- Bạch đức Thế Tôn, lá trong tay của đấng Giác ngộ rất ít, nhưng lá trong rừng Simsapa đây quả thật nhiều hơn muôn vàn.

- Cũng thế, Hỡi các Tỳ-kheo, ta chỉ dạy các ông rất ít từ những gì ta đã kiến giải được. Những gì ta không nói với các ông thì thật nhiều hơn muôn vàn. Và tại sao Như Lai đã không giảng dạy những điều ấy? Bởi vì nó không ích lợi... không đưa đến Niết-bàn. Chính vì thế mà ta đã không nói những điều ấy.[33]

Thật là vô ích cho ta khi cố suy tưởng - như vài học giả đã cố làm một cách vô vọng - về những gì đức Phật biết nhưng không nói cho môn đệ.

Đức Phật không muốn bàn đến những vấn đề siêu hình không cần thiết, hoàn toàn thuộc địa hạt tư duy, phát sinh những tưởng tượng. Ngài xem chúng như một "rừng quan niệm". Dường như chính trong số những môn đệ của Phật cũng có những người không thích thái độ này của Ngài. Trường hợp một người trong số ấy là Man đồng tử (Màlunkyaputta) đã thưa hỏi 10 câu hỏi cổ điển danh tiếng về những vấn đề siêu hình và xin đức Phật trả lời.[34]

Một ngày kia Màlunkyaputta, sau khi xuất thiền vào buổi xế, đi đến đức Phật đảnh lễ, ngồi xuống một bên và hỏi:

- Bạch đức Thế Tôn, khi con đang ngồi thiền định một mình, ý tưởng này đã đến với con: "Có những vấn đề mà đức Thế Tôn đã không giải thích, để sang bên và loại bỏ. Đấy là:

1. Vũ trụ trường tồn hay 2. không trường tồn;

3. Vũ trụ hữu hạn hay 4. vô hạn;

5. Linh hồn là một với thể xác hay 6. linh hồn khác thể xác khác.

7. Đức Như Lai có còn tồn tại sau khi chết hay 8. Ngài không tồn tại sau khi chết.

9. Ngài vừa tồn tại vừa không tồn tại sau khi chết hay 10. Ngài vừa không tồn tại và cũng vừa không không tồn tại.

Những vấn đề này đức Thế Tôn đã không giải thích cho ta, thái độ này không làm ta thỏa mãn. Ta không ưa thích thái độ ấy. Ta sẽ đi đến đức Thế Tôn và thưa hỏi Ngài về việc này. Nếu đức Thế Tôn không giải thích cho chúng ta, ta sẽ từ bỏ đoàn thể Tăng chúng và ra đi. Nếu đức Thế Tôn biết được vũ trụ trường cửu, Ngài hãy nói thế. Nếu đức Thế Tôn không biết vũ trụ là trường cửu hay không v.v.. thì một người không biết hãy nên nói thẳng ra là: "Ta không biết, ta không thấy rõ".

Sự trả lời của đức Phật cho Màlunkyaputta quả có lợi ích cho hàng triệu người trên thế giới hiện nay đang phung phí thời giờ quý báu vào những vấn đề siêu hình và làm bận trí mình một cách không cần thiết:

- Này Màlunkyaputta, ta có bao giờ nói với ông: "Hãy lại đây, Màlunkyaputta, sống

đời thánh thiện dưới bóng ta, ta sẽ giải thích những vấn đề ấy cho ông hay không?"

- Bạch Thế Tôn, không.

- Còn ông, này Màlunkyaputta, ông có nói với ta: "Bạch Thế Tôn, con sẽ sống đời thánh thiện dưới bóng Ngài và Ngài sẽ giảng giải những vấn đề ấy cho con không?"

- Bạch Thế Tôn, không.

- Ngay bây giờ, Màlunkyaputta, ta không nói với ông: "Hãy đến sống đời thánh thiện dưới bóng ta, ta sẽ giải thích những vấn đề ấy cho ông". Và ông cũng không nói với ta: "Bạch Thế Tôn, con sẽ sống đời thánh thiện dưới bóng đức Thế Tôn và Ngài sẽ giải những vấn đề ấy cho con." Trong những trường hợp ấy, hỏi người điên rồ kia, ai chối từ ai ?" [35]

- Hỏi Màlunkyaputta, nếu một người nào nói: "Tôi sẽ không sống đời thánh thiện dưới bóng đức Thế Tôn nếu Ngài không giải thích cho tôi những vấn đề ấy" thì y có thể chết trước khi những câu hỏi được Như Lai giải đáp. Giả sử, hỏi Màlunkyaputta, một người bị trúng mũi tên độc và bạn bè bà con đưa y đến một y sĩ. Giả sử khi ấy người kia

nói: "Ta sẽ không để rút mũi tên này ra nếu ta không biết được ai bắn, người ấy là một người Sát-đế-lị (Ksatriya) hay một người Bà-la-môn (thuộc tầng lớp tu sĩ) hay một người Phệ-xá (Vaisya, tầng lớp thương nông) hay một người Thủ-đà-la (Sùdra - thuộc tầng lớp hạ tiện), tên người ấy là gì, gia đình ra sao, người ấy cao, thấp hay tầm vóc trung bình, da người ấy đen, nâu hay vàng, người ấy đến từ làng tỉnh hay đô thị nào. Ta sẽ không để rút mũi tên này ra nếu ta không biết được loại cung nào đã bắn ta, dây cung ra sao, loại mũi tên gì, làm bằng lông gì và đầu tên làm bằng chất gì." Hỏi Màlunkyaputta, người ấy sẽ chết trước khi biết được điều nào trong số những câu hỏi ấy. Cũng thế, hỏi Màlunkyaputta, nếu một người nói: "Ta sẽ không theo đời sống thánh thiện dưới bóng đức Như Lai cho đến khi Ngài giải đáp những câu hỏi như: thế giới trường tồn hay không, v.v..", người ấy sẽ chết trước khi được Như Lai giải đáp.

Khi ấy đức Phật giải thích cho Màlunkyaputta rằng đời sống thánh thiện không phụ thuộc vào những quan niệm ấy. Dù người ta có quan niệm thế nào về những

vấn đề ấy đi nữa, thì vẫn có sinh, lão, bệnh, tử, ưu, bi, khổ não... mà sự chấm dứt những điều ấy (nghĩa là Niết-bàn), ta nói là có thể thực hiện ngay trong cuộc sống này.

- Bởi thế, này Màlunkyaputta, hãy ghi nhớ trong tâm trí: những gì ta đã giải thích, thì coi là được giải thích và những gì ta đã không giảng giải thì xem là đã không được giảng giải. Những gì là điều ta đã không giảng giải? Thế giới trường cửu hay không v.v.. (10 quan niệm trên) ta đã không giải thích. Vì sao, hỏi Màlunkyaputta, mà ta đã không giải thích chúng? Bởi vì nó không ích lợi, không quan hệ căn bản đến đời sống thánh thiện tâm linh, không đưa đến sự chán bỏ, sự giải thoát, sự chấm dứt khổ đau, sự an tĩnh, sự thâm nhập, sự liễu ngộ Niết-bàn. Chính vì thế mà ta đã không nói cho ông về những vấn đề ấy.

Còn những gì, hỏi Màlunkyaputta, ta đã giải thích? Ta đã giải thích khổ (dukkha), nguyên nhân của khổ, sự diệt khổ, và con đường đưa đến sự diệt khổ[36]. Hỏi Màlunkyaputta, vì sao mà ta đã giải thích chúng? Bởi vì nó ích lợi, nó quan hệ căn bản đến đời sống thánh thiện tâm linh, nó đưa đến sự

chán bỏ, sự giải thoát, sự chấm dứt khổ đau, sự an tĩnh, sự thâm nhập, sự liễu ngộ, Niết-bàn. Bởi thế ta đã giải thích chúng."

Bây giờ ta hãy xét đến tứ Diệu đế mà đức Phật bảo Màlunkyaputta rằng Ngài đã giải thích.

CHÚ THÍCH

[1] *Dhp. XII 4*

[2] *D II (Colombo, 1929), p.62 (Mahàparinibbàna-sutta).*

[3] *Tathàgata (Như Lai), "người đã đạt đến Chân lý", "người tìm ra Chân lý". Danh từ này đức Phật thường dùng để tự xưng và cũng chỉ chung các đức Phật khác.*

[4] *Dhp. XX 4 .*

[5] *Sangha có nghĩa "đoàn thể", nhưng trong Phật giáo danh từ này chỉ "đoàn thể tăng lữ Phật giáo", nghĩa là tập đoàn tu sĩ. Phật, Pháp (Dhamma hay Giáo lý) và Tăng (đoàn thể Tăng già) được xem là ba chỗ nương tựa, tam quy (Tisarana) hay Tam bảo (Tiratana).*

[6] *D II (Colombo, 1929), p.62*

[7] *A (Colombo, 1929), p.115*

[8] *Vimamsaka-sutta, n° 47 of M.*

[9] *Năm chướng ngại là: 1. tham dục, 2. sân hận, 3. hôn trầm (buồn ngủ), 4. trạo cử (thân tâm không lúc nào yên), 5. hoài nghi.*

[10] D II (Colombo, 1929) p.95; A (Colombo, 1929), p.239.

[11] Mahàvira, người sáng lập Kỳ-na giáo (Jainism), là một người đồng thời với đức Phật, và có lẽ hơn Ngài vài tuổi.

[12] Kinh Upàli, số 56 Trung bộ.

[13] Trụ đá, XII

[14] Ở Ấn độ, những xưởng đồ gốm thường rộng rãi yên tĩnh. Trong các kinh bản Pàli ta thấy những sa môn khổ hạnh cũng như Phật, trong cuộc sống lang thang thường nghỉ đêm tại một xưởng đồ gốm.

[15] Điều đáng chú ý là Phật gọi người này bằng danh từ bhikkhu, một danh từ dùng cho tu sĩ Phật giáo. Về sau ta sẽ thấy vị này không phải một phần tử của Tăng già, vì sau khi nghe Pháp anh ta mới xin xuất gia thọ giới với Phật. Có lẽ vào thời Phật, danh từ Tỳ-kheo đôi khi được sử dụng không phân biệt đối với tất cả nhà tu, hoặc vì Phật sử dụng danh từ ấy một cách không chặt chẽ lắm. Bhikkhu nghĩa là khất sĩ, kẻ xin ăn. Ngày nay danh từ ấy chỉ dùng cho tu sĩ Phật giáo.

[16] Xem chương nói về Diệu đế thứ ba.

[17] Danh từ Pàli là Avuso, tiếng xưng hô giữa những người ngang hàng.

[18] Bò ở Ấn Độ thường chạy rong ngoài đường. Theo chi tiết này, thì dường như truyền thống thả bò như vậy có từ rất xưa. Nhưng thường những bò này hiền chứ không nguy hiểm.

[19] A-la-hán là một người đã thoát khi những xấu xa bất tịnh như dục vọng, thù hằn, ác độc, ngu si, kiêu ngạo, ngã mạn v.v.. Người đã đạt đến tầng thứ tư và tầng cuối cùng trong sự thực chứng Niết-bàn, đầy trí huệ từ bi và những đức tính trong sạch cao quý. Lúc này Pukkusàti chỉ mới

đạt đến tầng thứ ba mà thuật ngữ gọi là Bất hoàn (không trở lại- Anàgàmi). Tầng thứ hai gọi là Nhất lai (còn một phen trở lại cõi Ta bà- Sakadàgàmi) và tầng thứ nhất gọi là Dự lưu (nhập vào dòng Thánh- Sotàpanna).

20 *Chuyện "The Pilgrim Kamanita" của Karl Gjellerup dường như rút cảm hứng từ chuyện này.*

21 *Abhisamuc, p.6*

22 *Luận án Ph.D của Edith Ludowyk-Gyomroi nhan đề "The Role of the Miracle in Early Pàli Literature" bàn đến đề tài này (chưa xuất bản). Cũng cùng tác giả ấy có viết cho một mục về cùng một đề tài trong UNIVERSITY OF CEYLON REVIEW, Vol.1, No 1 (April, 1943) p.74 và kế tiếp.*

22 *Ở đây chữ "tin" được dùng trong nghĩa thông thường "mộ đạo, sùng đạo, ngoan đạo".*

23 *Ở đây chữ "tin" được dùng trong nghĩa thông thường "mộ đạo, sùng đạo, ngoan đạo".*

24 *S II (PTS), p.117*

25 *S III PTS), p.152*

26 *S V, (PTS), p.432; III, p.103; M III (PTS), p.19*

27 *S V (PTS), p.422*

28 *Cankì-sutta, No 95 of M*

29 *Sn (PTS), p.151 (v.798).*

30 *Trong Mahàtanhàsankhaya-sutta, M 38.*

31 *M I (PTS), p.260*

32 *M I (PTS), p.p. 134-135. Dhamma (Pháp) ở đây, theo Luận có nghĩa những sự chứng đạt tâm linh cao cả, những ý tưởng và quan niệm thanh khiết. Sự chấp vào những điều cao quý này mà còn phải xả bỏ, thế thì những điều xấu xa lại càng nên xả bỏ hơn nữa. MA II (PTS), p. 109.*

33 *SV (PTS), p. 437.*

[34] *Cùla-Màlunkya-sutta, Tiểu kinh Man đồng tử, Trung bộ 63.*

[35] *Có nghĩa không có gì ràng buộc giữa hai bên.*

[36] *Tứ diệu đế (4 chân lý cao cả) này được giải thích trong 4 chương sau.*

*

* *

TỨ DIỆU ĐẾ
(Bốn chân lý cao cả)

Trọng tâm của giáo lý đức Phật nằm trong tứ Diệu đế (Cattàri Ariyasaccani) mà Ngài tuyên dương ngay trong bài thuyết pháp đầu tiên[1] của Ngài cho những người bạn cũ, 5 nhà khổ hạnh ở vườn Lộc uyển (Isipatana-Sarnath ngày nay) gần Benarès (Ba-la-nại). Trong bài thuyết pháp ấy như chúng ta thấy trong nguyên bản, tứ Diệu đế (bốn chân lý cao cả) được nói một cách vắn tắt. Nhưng có vô số những chỗ khác trong các kinh điển nguyên thủy trong ấy tứ Diệu đế được giảng đi giảng lại với nhiều chi tiết hơn, và bằng nhiều cách khác nhau. Nếu nghiên cứu tứ Diệu đế này qua những tài liệu và giải thích ấy, ta sẽ có được một tường thuật khá đứng đắn và chính xác về những giáo lý tinh yếu của đức Phật theo những bản kinh nguyên thủy.

Bốn chân lý cao cả ấy là:

1. ***Khổ*** *(Dukkha)*[2].
2. ***Tập*** *(Samudaya), sự phát sinh hay nguồn gốc của khổ.*
3. ***Diệt*** *(Nirodha), sự chấm dứt khổ.*
4. ***Đạo*** *(Magga), con đường đưa đến sự chấm dứt khổ.*

*

* *

CHÚ THÍCH

[1] *Dhammacakkappavattana-sutta: "Chuyển pháp luân kinh". Mhvg. (Alutgama, 1922), p.9 ff, SV (PTS), p.420 ff.*

[2] *Tác giả để nguyên danh từ dukkha như trong nguyên bản thay vì dịch dễ gây hiểu lầm.*

Chương hai

DIỆU ĐẾ THỨ NHẤT: DUKKHA (KHỔ ĐẾ)

Diệu đế thứ nhất (Dukkha-ariyasacca) thường được hầu hết các học giả dịch là "Chân lý cao cả về sự khổ" và nó được giải thích là: sự sống, theo Phật giáo, chỉ là đau khổ. Cả sự phiên dịch lẫn giải thích ấy đều rất sai lạc và không làm ta thỏa mãn. Chính lối phiên dịch dễ dãi hẹp hòi và cách giải thích nông cạn về khổ đế đã khiến nhiều người lầm xem Phật giáo là yếm thế bi quan.

Trước hết, Phật giáo không bi quan cũng không lạc quan mà hiện thực, vì có lối nhìn hiện thực về nhân sinh và vũ trụ. Phật giáo nhìn sự vật một cách như thật (yathàbhùtam).

Phật giáo không tìm cách ru người vào ảo tưởng về một thiên đường lừa bịp, cũng không làm người ta chết khiếp vì đủ thứ tội lỗi và sợ hãi tưởng tượng. Nó cho ta biết

một cách khách quan ta là gì, thế giới quanh ta là gì, và chỉ con đường đưa đến tự do hoàn toàn, thanh bình, an ổn và hạnh phúc.

Một y sĩ có thể phóng đại về một chứng bệnh khiến người ta tuyệt vọng. Một y sĩ khác vì không biết gì, có thể tuyên bố không sao cả, không cần chữa - lừa dối con bệnh bằng một sự an ủi giả dối. Người ta có thể gọi người đầu bi quan và người sau lạc quan; cả hai đều nguy hiểm. Nhưng một y sĩ thứ ba định bệnh một cách chính xác, hiểu rõ nguyên nhân và bản chất bệnh, thấy rõ có thể chữa, nên can đảm bắt tay vào việc chữa trị, nhờ thế cứu được bệnh nhân. Đức Phật giống như vị lương y sau cùng này. Ngài là vị lương y có trí tuệ và khoa học để trị những căn bệnh của thế gian (bhisakka hay Bhaisajyagury).

Đã đành Phạn ngữ *dukkha* trong cách dùng thông thường có nghĩa là "đau khổ", "đau đớn", "buồn" hay "sự cơ cực", tương phản với chữ "sukkha" có nghĩa "hạnh phúc", "tiện nghi", hay "thoải mái". Nhưng danh từ *dukkha* trong Diệu đế thứ nhất, trình bày quan điểm của đức Phật về nhân

sinh và vũ trụ, có một ý nghĩa triết lý sâu sắc hơn và hàm chứa những nội dung rộng lớn hơn nhiều. Dĩ nhiên ai cũng công nhận danh từ Dukkha trong diệu đế thứ nhất rõ ràng có chứa đựng ý nghĩa thông thường của "khổ", nhưng ngoài ra nó còn bao hàm những ý nghĩa sâu sắc hơn như "bất toàn", "vô thường", "trống rỗng", "giả tạm". Bởi thế, thật khó tìm một chữ có thể bao quát toàn nội dung danh từ Dukkha kể như Khổ đế, và vì thế tốt hơn nên để vậy đừng phiên dịch, hơn là gây một ý tưởng sai lầm không xác đáng về nó bằng cách dịch dễ dãi tiện lợi thành ra "khổ" hay "đau khổ".

Đức Phật không phủ nhận có hạnh phúc trong sự sống khi Ngài bảo sống là khổ đau. Trái lại Ngài chấp nhận có những hình thái khác nhau về hạnh phúc, cả vật chất cũng như tinh thần, cho người thế tục cũng như cho người xuất thế. Trong kinh Tăng chi bộ (Anguttara-nikàya) một trong năm tạng kinh nguyên thủy bằng tiếng Pàli, chứa đựng những bài thuyết pháp của đức Phật, có những bảng kê những hạnh phúc (sukkàni), như hạnh phúc của cuộc đời ẩn sĩ và hạnh phúc của cuộc sống gia đình,

hạnh phúc của khoái lạc giác quan và hạnh phúc của sự từ bỏ thế tục, hạnh phúc của sự ràng buộc và hạnh phúc của sự giải thoát, hạnh phúc vật lý và hạnh phúc tâm linh v.v..[1] Nhưng tất cả những điều này đều bao gồm trong Dukkha. Cả đến những cảnh giới tâm linh rất thuần khiết của thiền (dhyàna, tĩnh lự), đạt được nhờ thực hành Thiền quán, hoàn toàn thoát khỏi cả đến bóng dáng của khổ đau theo nghĩa thông thường, những cảnh giới có thể gọi là hạnh phúc thuần túy cũng như cảnh giới Thiền đã vượt khỏi những cảm giác vừa lạc (sukkha) vừa khổ (dukkha) chỉ còn là Thức thuần tịnh - cả đến những cảnh giới tâm linh rất cao siêu đó, cũng được bao hàm trong dukkha. Trong một kinh Trung bộ Majjhima-nikàya (một trong năm bộ kinh nguyên thủy), sau khi ca tụng hạnh phúc tâm linh của những cảnh thiền ấy, đức Phật dạy: "Chúng đều là vô thường, khổ (dukkha), phải chịu đổi thay" (aniccà dukkhà viparimàmadhammà)[2]. Hãy để ý chữ dukkha đã được dùng đầy ý nghĩa. Nó là dukkha không phải vì có "đau khổ" trong nghĩa thông thường của danh từ, mà vì "cái gì vô thượng là dukkha" (yad aniccamtam dukkham).

Đức Phật vốn thực tế và khách quan. Nói về đời sống và sự hưởng thụ những khoái lạc giác quan, Ngài dạy rằng người ta nên hiểu rõ ba điều:

1. Sự lôi cuốn hay vị ngọt (assàda).

2. Hậu quả xấu, nguy hiểm, sự bất mãn (adìnava).

3. Sự giải thoát hay xuất ly (nissarana).[3]

Khi bạn thấy một người vui vẻ, duyên dáng và đẹp đẽ, bạn thích họ, bạn bị lôi cuốn, bạn muốn thấy đi thấy lại người ấy nhiều lần, bạn rút được khoái lạc và mãn nguyện từ đó. Đấy là một thực tại của kinh nghiệm. Nhưng sự vui hưởng ấy không trường cửu, cũng như người kia và những vẻ lôi cuốn của họ cũng không trường cửu. Khi hoàn cảnh thay đổi, khi bạn không thể thấy người ấy, khi bạn bị tước đoạt nguồn vui ấy, bạn đâm ra buồn bã, bạn có thể thiếu phải chăng, mất quân bình, đôi khi còn có thể hành động rồ dại. Đấy là khía cạnh xấu, không đẹp ý và nguy hiểm của bức tranh (adìnava). Điều này cũng là một thực tại kinh nghiệm. Bây giờ, nếu bạn không có gì lưu luyến với người đó, nếu bạn hoàn toàn

không dính mắc, thì đấy là tự do, đấy là giải thoát (nissarana). Ba điều này đúng cho tất cả mọi sự hưởng thụ trên đời.

Từ đây ta thấy rõ không có vấn đề bi quan hay lạc quan, mà vấn đề là ta phải nhận rõ những khoái lạc của sự sống cũng như sự giải thoát khỏi chúng, để hiểu sự sống một cách toàn diện và khách quan. Chỉ khi ấy mới có thể gọi là giải thoát chân thật. Về vấn đề này đức Phật dạy:

"Hỡi các Tỳ-kheo, nếu Sa-môn hay Bà-la-môn nào không hiểu một cách khách quan rằng vị ngọt của khoái lạc giác quan là vị ngọt, nguy hiểm là nguy hiểm, xuất ly là xuất ly, thì chắc chắn họ không thể nào hiểu rõ ham muốn đối với khoái lạc giác quan, không thể nào chỉ dẫn cho người khác đi đến mục đích đó, ai theo chỉ dẫn của họ không thể hiểu được thế nào là ham muốn đối với khoái lạc giác quan. Nhưng hỏi các Tỳ-kheo, Sa-môn hay Bà-la-môn nào hiểu được một cách khách quan vị ngọt khoái lạc giác quan là vị ngọt, nguy hiểm là nguy hiểm, xuất ly là xuất ly, thì chắc chắn những người này sẽ hiểu được hoàn toàn thế nào là ham muốn đối với khoái lạc giác

quan, có thể chỉ dẫn cho người khác đi đến mục đích ấy, và ai theo lời chỉ dẫn của họ sẽ hoàn toàn hiểu được thế nào là ham muốn đối với khoái lạc giác quan"[4].

Quan niệm về dukkha có thể nhìn từ ba phương diện:

1. Dukkha trong nghĩa khổ thông thường, gọi là *khổ khổ* (dukkha- dukkha);

2. Dukkha phát sinh do vô thường, chuyển biến, *hoại khổ* (viparinàma-dukkha).

3. Dukkha vì những hoàn cảnh giới hạn của sinh tử, *hành khổ* (samkhàra-dukkha).[5]

Mọi thứ đau khổ trong đời như sinh, lão, bệnh, tử, phải gặp những người và hoàn cảnh trái ý (oán tăng hội), phải xa lìa những người và hoàn cảnh mến yêu (ái biệt ly), không được những gì mình ưa muốn (cầu bất đắc), buồn thương, đau khổ, tất cả những hình thức khổ thể xác và tinh thần ấy (ngũ ấm xí thạnh), những điều mà ai cũng nhận là đớn đau, khổ sở, đều được bao gồm trong dukkha theo nghĩa khổ thông thường, khổ-khổ (dukkha- dukkha).

Một cảm giác hoan lạc, một hoàn cảnh hạnh phúc trong đời không bao giờ trường cửu bất diệt. Sớm hay muộn nó cũng thay đổi. Khi biến đổi, nó phát sinh khổ đau bất hạnh. Sự thăng trầm này được bao hàm trong dukkha theo nghĩa những khổ đau phát sinh do sự chuyển biến vô thường, gọi là hoại khổ (viparinàma- dukkha).

Hai hình thức khổ (dukkha) trên đây thật dễ hiểu, không ai chối cãi. Khía cạnh này của Diệu đế thứ nhất thường được người ta biết đến nhiều hơn vì nó dễ hiểu; đấy là kinh nghiệm thường ngày.

Nhưng hình thức thứ ba của dukkha là hành khổ (samkhàra - dukkha), mới chính là khía cạnh triết lý quan trọng nhất trong chân lý đầu tiên. Muốn hiểu nó, ta cần giải thích, phân tích cái mà ta gọi là một "thực thể", một "cá nhân", hay "cái tôi".

Cái mà ta gọi "bản ngã", "cá thể", hay "tôi" theo triết lý Phật giáo, chỉ là một sự phối hợp những năng lực tâm vật lý hằng biến, có thể chia thành 5 nhóm hay uẩn (pancakkhandha). Đức Phật dạy: "Tóm lại, năm uẩn trói buộc là dukkha"[6]. Ở một chỗ

khác, Ngài định nghĩa rõ rằng "Dukkha là gì, phải nói rằng đấy là ngũ uẩn"[7]. Đây ta cần hiểu rõ rằng dukkha và năm uẩn không phải là hai, năm uẩn chính là dukkha. Chúng ta sẽ hiểu điểm này rõ hơn, khi có một khái niệm về năm uẩn cấu tạo nên cái mà ta gọi là "thực thể" hay "ngã". Năm uẩn ấy là gì ?

NGŨ UẨN

Uẩn thứ nhất là *sắc uẩn* (rùpakkhandha). Trong từ ngữ "sắc uẩn" này, bao gồm bốn đại cổ truyền (cattàrimahàbhùtàni) là đất, nước, lửa, gió (địa, thủy, hỏa, phong) và vật chất do bốn đại tạo (sở tạo sắc - upàdàya-rùpa)[8]. Trong những sở tạo sắc ấy gồm có năm căn, mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và những đối tượng ngoại giới tương đương với năm căn ấy (5 cảnh): hình sắc, âm thanh, mùi, vị, những vật có thể chạm xúc (sắc, thanh, hương, vị, xúc) và ý nghĩ hay tư tưởng thuộc đối tượng của tâm (pháp xứ - dharmàyatana)[9]. Như thế tất cả thế giới vật thể, thuộc nội tâm cũng như ngoại giới, đều bao gồm trong sắc uẩn.

Uẩn thứ hai là *cảm giác* hay *thọ* (vedanà kkhandha). Uẩn này bao gồm tất cả những cảm giác vui khổ hoặc không vui không khổ, được cảm nhận do sự tiếp xúc của những cảm quan tâm vật lý (căn) với thế giới bên ngoài (cảnh). Những cảm giác này có 6 loại: những cảm giác phát sinh khi mắt xúc tiếp với những hình sắc, tai với âm thanh, mũi với mùi, lưỡi với vị, thân thể với những vật cứng mềm, và ý (mà trong triết học Phật giáo được xem là quan năng thứ sáu) với những đối tượng của ý thức hay tư tưởng, ý nghĩ[10]. Tất cả mọi cảm giác vật lý và tâm linh của ta đều bao hàm trong uẩn này.

Ở đây ta cũng nên giải thích sơ lược về ý nghĩa bao hàm trong từ ngữ "ý" (manas) của triết học Phật giáo. Cần hiểu rõ "ý" không phải là "tâm" đối lập với vật. Ta nên luôn luôn nhớ Phật giáo không công nhận có một tinh thần đối lập với vật chất như phần đông các hệ thống triết học và tôn giáo khác, chỉ là một giác quan hay cơ quan (căn, indriya) như mắt hay tai. Nó có thể được điều khiển, phát triển như bất cứ giác quan nào khác, và đức Phật thường nhắc

nhở khá nhiều về giá trị của sự chế ngự và điều phục sáu căn này: sự khác biệt giữa mắt và tâm kể như những giác quan, là ở chỗ "mắt" nhận biết thế giới màu sắc và dáng hình có thể thấy, trong khi "tâm" nhận biết thế giới ý tưởng và đối tượng tâm thức. Chúng ta nhận biết được những phạm vi khác nhau nhờ những quang năng khác nhau. Ta không thể nghe màu sắc, mà *thấy* chúng. Ta cũng không thể thấy âm thanh, mà *nghe* chúng. Như thế với năm sắc căn của ta - mắt, tai, mũi, lưỡi, thân - ta chỉ nhận biết được thế giới hình sắc, âm thanh, mùi, vị và những vật tiếp xúc, nhưng những thứ này chỉ là một phần của thế giới, không phải là tất cả. Còn những ý niệm và tư tưởng thì sao? Chúng cũng là một phần của thế giới vũ trụ. Nhưng chúng không thể được nhận biết bằng khả năng của mắt, tai, mũi, lưỡi, hay thân, mà chúng có thể được quan niệm nhờ một quan năng khác, tức là ý. Những ý niệm, tư tưởng tuy vậy không phải biệt lập với thế giới mà năm sắc căn nhận biết. Quả vậy, chúng tùy thuộc vào, và bị giới hạn bởi những kinh nghiệm vật lý. Bởi thế mà một người mù từ sơ sinh không thể có ý niệm về màu sắc, trừ phi do loại

suy từ âm thanh hay vài sự vật khác do những căn khác của người ấy cảm nhận. Những ý niệm và tư tưởng lập thành một phần của thế giới, như vậy đã được phát sinh và giới hạn bởi những kinh nghiệm vật lý và được quan niệm bởi tâm ý. Do đó mà ý (manas) cũng được xem như một giác quan (căn) (indriya) như mắt hay tai.

Uẩn thứ ba là *tưởng* (sannàkkhandha) hay nhận thức, tri giác. Cũng như thọ, tưởng gồm sáu loại, tương đương với sáu căn bên trong và sáu cảnh bên ngoài, và cũng phát sinh do tiếp xúc giữa sáu căn với ngoại giới. Chính tưởng này nhận biết sự vật là vật lý hay tâm linh[11].

Uẩn thứ tư là những tạo tác của tâm thức[12] hay "hành uẩn" (samkhàrakkhandha). Nhóm này bao gồm tất cả các hoạt động của ý chí, xấu hay tốt. Những gì thường được xem là karma (nghiệp) cũng thuộc vào hành uẩn. Ở đây nên nhắc lại định nghĩa của Phật về nghiệp: "Hỡi các Tỳ-kheo, chính tư tâm sở hay ý muốn (cetanà) ta gọi là nghiệp." Khi đã muốn, người ta liền thực hành bằng thân, miệng, ý[13] muốn là sự tạo tác bằng tâm ý, hoạt động tâm

linh. Công việc của nó là dẫn tâm làm những hoạt động xấu, tốt hoặc không xấu không tốt[14]. Cũng như thọ tưởng, hành gồm sáu loại liên hệ đến sáu giác quan và các đối tượng tương ứng thuộc vật lý, tâm lý[15]. Cảm giác và tri giác (thọ, tưởng) không phải là những hoạt động cố ý nên không phát sinh nghiệp quả. Chỉ những hoạt động do ý chí thúc đẩy như tác ý (manasikàra), dục (chanda), thắng giải (adhimokkha), tín (saddhà), định (samàdhi), tuệ (pannà), tinh tấn (viriya), tham (ràga), sân (patigha), vô minh (avijjà), kiêu mạn (màna), thân kiến (sakkàyaditthi) v.v.. mới có thể phát sinh nghiệp quả. Có tất cả 52 tâm sở (hoạt động tâm ý) như thế, tạo nên hành uẩn.

Uẩn thứ năm là *thức* (vinnàna-khandha)[16]. Thức là một phản ứng có căn bản là một trong sáu giác quan (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý), và đối tượng là một trong sáu hiện tượng ngoại giới tương ứng (hình sắc, âm thanh, mùi, vị, xúc giác và sự vật thuộc tâm giới). Chẳng hạn, nhãn thức (cakkhavin-nàna) có con mắt làm căn bản cho nó và một hình sắc thấy được làm đối tượng. Thức (manovinnàna) có ý (manas)

làm căn bản và một sự vật thuộc tâm giới, nghĩa là một ý niệm hay tư tưởng (pháp), làm đối tượng. Như thế thức liên quan với những quan năng khác và cũng như thọ, tưởng, hành, thức gồm sáu loại tương quan với sáu căn và sáu cảnh[17].

Cần hiểu rõ thức không nhận ra một đối tượng. Đây chỉ là một thứ rõ biết - rõ biết sự hiện diện của đối tượng. Khi mắt tiếp xúc với một màu sắc, màu xanh chẳng hạn, nhãn thức liền phát sinh nhưng chỉ là sự ý thức về hiện diện một màu sắc, chứ không nhận ra đấy là màu xanh. Ở giai đoạn này chưa có nhận thức. Chính tri giác (tưởng, uẩn thứ ba) nhận ra màu xanh. Danh từ "nhãn thức" là một từ ngữ triết học ám chỉ cùng một ý như chữ *thấy* thông thường. Thấy không có nghĩa nhận biết. Các loại thức khác (nhĩ thức, tỉ thức, thiệt thức) cũng thế.

Ở đây, ta cần nhắc lại rằng theo triết học Phật giáo không có một linh hồn trường cửu bất biến nào có thể được xem là "ngã" hay "linh hồn", hay "cái tôi" đối lập với sự vật, và thức (vinnàna) không nên xem là "tâm" đối lập với vật thể. Điểm này cần

được nhấn mạnh đặc biệt, vì từ khởi thủy cho đến ngày nay vẫn có một quan niệm sai lầm rằng ý thức là một thứ ngã hay linh hồn tương tục lập thành một bản thể trường tồn.

Một đệ tử Phật tên Sàti cho rằng đức Đạo sư đã dạy chính cái thức này luân chuyển khắp các cõi. Phật hỏi ông ta hiểu thức là gì. Câu trả lời của Sàti rất cổ điển: "Đấy là cái gì diễn đạt, cảm giác và kinh nghiệm kết quả của những hành động thiện ác chỗ này chỗ kia."

Phật đã quở trách: "Này kẻ ngu kia, ngươi đã nghe ta giảng kiểu ấy cho ai vậy? Há ta đã không nhiều phen giải thích rằng do các duyên, thức sinh khởi, không có các duyên thì không có thức sinh khởi hay sao?" Và ngài tiếp tục giảng giải chi tiết: "Thức được gọi tên tùy thuộc vào điều kiện do đấy nó phát sinh: do duyên con mắt và sắc mà thức sinh thì gọi là nhãn thức, do duyên tai và tiếng mà thức sinh thì gọi là nhĩ thức, do duyên mũi và mùi mà thức sinh thì gọi là tỉ thức, do duyên lưỡi và vị mà thức sinh thì gọi là thiệt thức, do duyên thân và xúc mà thức sinh thì gọi là thân thức, do duyên ý

và pháp (tư tưởng, ý nghĩ) mà thức sinh thì gọi là ý thức.

Phật làm sáng tỏ thêm bằng một ví dụ: Một ngọn lửa được gọi tên tùy theo nhiên liệu. Lửa được đốt bằng củi gọi là lửa củi; đốt bằng rơm gọi là lửa rơm. Thức cũng thế được gọi tên tùy theo điều kiện phát sinh ra nó.[18]

Căn cứ điểm này, Buddhaghosa (Phật Âm) một luận sư lỗi lạc đã giải thích: "... Một ngọn lửa cháy bằng củi chỉ cháy khi có củi, và sẽ tắt khi hết củi, bởi vì khi ấy điều kiện hay duyên đã thay đổi (củi đã thành tro). Ngọn lửa không quay sang cháy bằng tro và trở thành một ngọn lửa tro v.v...". Cũng thế cái thức sinh do duyên con mắt và sắc, chỉ sinh làm nhãn thức khi có các điều kiện mắt, hình dáng, ánh sáng và sự chú ý; nó sẽ chấm dứt khi các điều kiện ấy không còn, vì khi ấy điều kiện đã thay đổi. Thức ấy không quay sang lỗ tai v.v.. và trở thành nhĩ thức v.v...[19]

Phật tuyên bố rõ ràng rằng thức tùy thuộc vào bốn uẩn kia là sắc, thọ, tưởng, hành (vật thể, cảm giác, tri giác và ý chí),

không thể tồn tại biệt lập với những điều kiện này. Ngài dạy:

"Thức có thể tồn tại với sắc làm phương tiện (rùpupàyan), sắc làm đối tượng (rùpàrammanam), sắc làm nơi nương tựa (rùpapatittham), và tìm lạc thú trong ấy (sắc) nó có thể lớn thêm, tăng trưởng, phát triển. Thức có thể tồn tại với thọ, làm phương tiện, hay tưởng làm phương tiện, hay hành làm phương tiện, hành làm đối tượng, hành làm nơi nương tựa, và tìm lạc thú trong ấy, nó có thể tăng trưởng, lớn lên, phát triển. Nếu ai bảo rằng họ có thể chỉ rõ sự xuất hiện, sự ra đi, biến mất, sự sinh, tăng trưởng, phát triển của thức biệt lập với sắc, thọ, tưởng, hành, thì đấy là nói một điều không thực có."[20]

Tóm tắt, đấy là Ngũ uẩn. Cái mà ta gọi là một "linh hồn" hay "cá thể" hay "tôi", chỉ là một tên gọi cho tiện hay một nhãn hiệu để đặt cho sự nhóm họp của năm uẩn ấy. Tất cả chúng đều vô thường, tất cả đều hằng biến. "Bất cứ gì vô thường đều là dukkha." Đây là ý nghĩa chân chính của lời Phật dạy: "Tóm lại, Ngũ uẩn trói buộc là khổ." Chúng không còn là một, ở vào hai

thời điểm tiếp nhau. Ở đây A không bằng A. Chúng luôn luôn ở trong một dòng sinh và diệt từng giây phút.

"Hỡi các Bà-la-môn, giống như một dòng thác núi chảy mau và trôi xa, cuốn theo tất cả; không lúc nào, phút giây nào nó ngừng chảy, nó cứ tiếp tục chảy trôi. Hỡi các Bà-la-môn, đời người cũng như giòng thác núi kia."[21] Như Phật dạy Ratthapàla: "Thế gian là dòng chảy tương tục, là vô thường."

Một sự vật biến mất, tạo điều kiện cho sự xuất hiện của vật kế tiếp trong một chuỗi dài nhân và quả. Không có gì là bản thể bất biến ở trong chúng. Không có một cái gì ở đằng sau chúng mà có thể gọi là một cái ngã trường cửu (àtman), cá thể; không gì có thể được gọi là "tôi" thực sự. Ai cũng sẽ đồng ý rằng không yếu tố nào, sắc hay thọ hay tưởng, hay một hoạt động tâm linh nào thuộc hành uẩn, hay thức, không một yếu tố nào trong số ấy có thể thực gọi là "tôi"[22]. Nhưng khi năm uẩn vật lý và tâm lý này vốn tương quan với nhau, cùng hoạt động phối hợp như một bộ máy vật lý - tâm lý[23], thì khi ấy ta có một ý tưởng về "tôi". Nhưng

đây chỉ là một ý tưởng sai lầm, một tạo tác của tâm thức thuộc về hành uẩn như đã nói, hoạt động ấy là một tưởng về thân gọi là thân kiến (Sakkàyaditthi).

Năm uẩn ấy họp lại, mà ta quen gọi là một "cá thể" chính là dukkha (Samkhàra-dukkha). Không có cá thể hay "tôi" nào khác đằng sau năm uẩn ấy để chịu khổ. Như Buddhaghosa đã nói:

"Chỉ có đau khổ, nhưng không có người khổ đau".

Có nghiệp, nhưng không có con người tạo nghiệp[24]. Không có một người đẩy xe bất động đằng sau sự chuyển động. Chỉ có sự chuyển động. Không đúng khi nói rằng sự sống đang chuyển dịch, mà sự sống *chính là* chuyển dịch. Sự sống và chuyển dịch không phải là hai. Nói cách khác, không có người tư tưởng ở đằng sau tư tưởng. Chính tư tưởng là người tư tưởng. Nếu tách bỏ tư tưởng ra, ta sẽ không tìm thấy đâu là người tư tưởng. Ở đây ta không khỏi nhận xét: quan điểm Phật giáo đối lập hoàn toàn với *Cogito ergo sum* của Descartes: "Tôi suy nghĩ, vậy nên có tôi."

Bây giờ, người ta có thể đặt câu hỏi: Sự sống có một khởi điểm hay không ? Theo giáo lý đức Phật, khởi điểm của dòng sinh hoạt của chúng sinh thì không thể nghĩ bàn. Người tin vào sự tạo dựng của Thượng đế có thể ngạc nhiên trước giải đáp này. Nhưng nếu bạn hỏi họ: "Khởi thủy của Thượng đế là gì ?" Họ sẽ trả lời không do dự: "Thượng đế không có bắt đầu" và họ lại không ngạc nhiên trước sự trả lời của chính họ. Đức Phật dạy: "Hỡi các Tỳ-kheo, dòng luân hồi sinh tử (samsàra) không có một kết thúc rõ rệt, và khởi thủy của chúng sinh lăn lộn trong vô minh, bị dục vọng trói buộc, là chuyện không thể nghĩ bàn[25]. Và về sau, nói đến vô minh, nguyên nhân chính của sinh tử, Phật dạy: "Nguồn gốc của vô minh (avijjà) không thể được quan niệm để cả quyết rằng bên ngoài một điểm nào đó, không có vô minh"[26]. Như thế không thể nói rằng không có sự sống ở bên ngoài một điểm nào nhất định.

Tóm lại, đấy là ý nghĩa của Diệu đế về dukkha. Điều tối quan trọng là phải hiểu chân lý thứ nhất này một cách rõ ràng bởi vì, như đức Phật dạy: "Người nào thấy rõ

được dukkha cũng thấy luôn nguyên nhân của dukkha, cũng thấy luôn sự diệt dukkha và cũng thấy luôn con đường đưa đến sự diệt dukkha"[27].

Điều này tuyệt nhiên không làm cho cuộc đời của một Phật tử buồn sầu ảm đạm như vài người lầm tưởng. Trái lại Phật tử chân chính là người hạnh phúc nhất trần gian. Người ấy không sợ hãi lo lắng. Họ luôn luôn bình an thanh thoát, không thể bị tai nạn hay biến chuyển nào làm cho điêu đứng đảo điên, vì họ thấy mọi sự đúng như thật. Phật không bao giờ buồn sầu u ám. Ngài thường được những người đồng thời mô tả là "luôn luôn mỉm cười" (mihitapubbamgama). Trong hội họa và điêu khắc Phật giáo, đức Phật luôn luôn được trình bày với một sắc diện hạnh phúc, bình an, hài lòng và từ bi. Không bao giờ người ta thấy một nét đau khổ điêu đứng hay cực lòng[28]. Mỹ nghệ và kiến trúc Phật giáo, những ngôi chùa thờ Phật không bao giờ cho người ta cảm tưởng u ám buồn sầu, mà thường có không khí bình an và thanh thoát.

Mặc dù sự sống có khổ đau, một Phật tử không nên vì vậy mà sầu khổ, mà oán hận hay thiếu kiên nhẫn. Theo Phật giáo, một trong những điều xấu xa nhất ở đời là nghịch ứng hay thù ghét. Nghịch ứng (patigha) được giải là "sự thù ghét đối với chúng sinh, đối với đau khổ và đối với những gì thuộc về khổ đau. Công việc của nó là làm căn bản cho những hoàn cảnh bất hạnh và ác nghiệp"[29]. Vậy thiếu kiên nhẫn trước khổ đau là một điều sai lầm. Sự thiếu kiên nhẫn hay oán hận trước khổ đau không làm cho đau khổ ấy tiêu tan. Trái lại, thái độ ấy chỉ tổ tăng thêm rối ren và làm trầm trọng thêm một hoàn cảnh vốn đã khó chịu. Điều cần thiết không phải là oán hận hay thiếu kiên nhẫn, mà phải hiểu rõ vấn đề khổ đau, xem nó đã phát sinh thế nào, làm sao xua đuổi nó, rồi tùy theo đấy mà hành động với kiên nhẫn, thông minh, quả cảm và nghị lực.

Có hai bản kinh xưa cũ gọi là Trưởng lão Tăng kệ (Theragàthà) và Trưởng lão Ni kệ (Therigàthà) chứa đầy những lời hoan hỉ của các Tăng Ni đệ tử Phật, những người đã tìm thấy an vui hạnh phúc trong đời nhờ

giáo lý của Ngài. Vua xứ Kosala một hôm bạch Phật: "Khác với nhiều đồ đệ của các hệ thống tôn giáo khác thường trông hốc hác, thô kệch, xanh xao, tiều tụy ít ưa nhìn, những đệ tử Phật luôn luôn vui vẻ, thanh thoát, hồn nhiên, sung sướng, vui hưởng lạc thú đời sống tâm linh, không lo âu, bình an, thư thái." Vua thêm rằng ông tin tính chất lành mạnh đó là do ở chỗ "những vị thượng tọa này chắc chắc đã nhận chân toàn vẹn ý nghĩa giáo lý của đức Thế Tôn"[30].

Phật giáo hoàn toàn đối lập với thái độ buồn sầu, phiền muộn, u ám, xem đấy là một trở ngại cho sự thực hiện chân lý. Trái lại, ta nên nhắc lại ở đây rằng sự vui sướng, "hỉ" (pìti), là một trong bảy yếu tố để đạt giác ngộ hay "thất giác chi" (Bojjhamgas), những đức tính cốt yếu phải được đào luyện để thực hiện Niết-bàn[31].

CHÚ THÍCH

[1] *A (Colombo), 1929, p.49*

[2] *Mahàdukkhakkhandha-sutta, M I (PTS), p.90*

[3] *M I (PTS), p.85 ff, SIII (PTS), p.27 ff.*

[4] *M I (PTS), p.87*

[5] *Vism (PTS), p.499, Abhisamuc, p.38*

[6] *Samkhittena pancupàdànakkhandhà dukkhà. SV (PTS) p.421*

[7] *S III (PTS), p.158*

[8] *S III (PTS), p.59*

[9] *Abhisamuc, p.4*

[10] *S III (PTS), p.59*

[11] *S III (PTS), p.60*

[12] *"Hành" là một danh từ nay thường dùng để diễn tả ý nghĩa rộng lớn của chữ samkhàra trong ngũ uẩn. Samkhàra ở trường hợp khác có thể chỉ bất cứ cái gì giới hạn, trong ý nghĩa này tất cả năm uẩn đều là samkhàra.*

[13] *A (Colombo, 1929) p.590-Cetanàham, bhikkhave kammam vadàmi. Cetayitvà kammam karoti kàyena vàcà manasà).*

[14] *Abhisamuc, p.6.*

[15] *SIII (PTS), p.60*

[16] *Theo Phật giáo Đại thừa, Thức uẩn có 3 phương diện: Tâm (citta), ý (manas) và thức (vijnàna). Tàng thức (Àlayà vijnàna) cũng ở trong uẩn này. Một sự nghiên cứu chi tiết và tỉ giảo về vấn đề này sẽ được tìm thấy trong 1 tác phẩm xuất bản của biên giả về triết học Phật giáo.*

[17] *S III (PTS), p.61.*

[18] *Ái tận đại kinh, Trung I ,PTS, p.256.*

[19] *MA II, PTS, p306-307.*

[20] *S III (PTS), p.58.*

[21] *A (Colombo, 1929), p.700. Điều thú vị là Hêraclite sống vào khoảng thế kỉ thứ năm trước công nguyên cũng nói tương tự: Không bao giờ ta tắm hai lần trong cùng một dòng sông, vì luôn luôn giòng nước mới sẽ chảy đến.*

[22] *Lý thuyết Anatta "vô ngã" sẽ được bàn trong chương Sáu.*

[23] *Buddhaghosa so sánh một con người với một động cơ bằng gỗ (dàruyanta) Vism. (PTS), pp. 594-595.*

[24] *Vism (PTS), p.513.*

[25] *S III (PTS), p.178-179, III pp. 159,151.*

[26] *AV (PTS), p.113 .*

[27] *AV (PTS), p.437. Quả thế, Phật dạy ai thấy bất kỳ chân lý nào trong bốn chân lý cũng sẽ thấy được cả ba cái còn lại.*

[28] *Có một tượng Phật ở Gandhara, và cũng có ở Phúc Kiến, Trung Hoa, trình bày đức Phật như một nhà khổ hạnh tiều tụy, gầy để lộ cả xương sườn. Nhưng đấy là trước khi Giác ngộ, lúc Ngài theo lối tu khổ hạnh mà sau này khi đã thành Phật, Ngài bài bác.*

[29] *Abhisamuc, p.7.*

[30] *M II (PTS), p.121.*

[31] *Về "thất Bồ đề phận" xem chương VII, về Thiền quán p.109, 110.*

*

* *

Chương ba

DIỆU ĐẾ THỨ HAI: TẬP (Samudaya): Nguyên nhân của khổ

Chân lý thứ hai là chân lý về sự phát sinh hay nguồn gốc của dukkha (Dukkha-samudayaariyasacca, Khổ diệt thánh đế). Định nghĩa danh tiếng và thông dụng nhất về chân lý thứ hai, được tìm thấy trong rất nhiều bản kinh nguyên thủy như sau:

"Chính ái (tanhà) đồng khởi với hỉ và tham đã đưa đến tái sinh để tìm lạc thú chỗ này chỗ khác. Ái gồm ba thứ là (1) khát ái đối với khoái lạc giác quan (dục ái - kàmatanhà), (2) khát ái hiện hữu và trở thành (hữu ái - bhavatanhà) và (3) khao khát đừng hiện hữu (diệt ái, mong tự hủy diệt - vibhavatanhà)[1].

Chính sự khao khát, ham muốn, dục vọng, thèm thuồng, xuất hiện dưới nhiều hình thức - đã làm phát sinh mọi hình thái khổ đau và sinh tử. Nhưng không nên xem đấy là nguyên nhân đầu tiên, vì theo Phật,

mọi sự phụ thuộc lẫn nhau nên không thể có nguyên nhân đầu tiên. Ngay cả khát ái được xem như nguyên nhân hay nguồn gốc của dukkha, cũng tùy thuộc vào một yếu tố khác để phát sinh, đấy là *thọ* (vedanà)[2], và thọ phát sinh tùy thuộc vào *xúc* (phassa) cứ thế nối tiếp nhau trên một vòng tròn mà thuật ngữ Phật học gọi là Duyên khởi (Paticca- samuppàda) sẽ được bàn sau[3].

Như thế *ái* không phải là nguyên nhân đầu tiên hay độc nhất của sự phát sinh ra khổ. Nhưng đấy là nguyên nhân trực tiếp và rõ rệt nhất[4]. Chính vì vậy mà ngay trong những bản kinh Pàli, Tập đế hay nguồn gốc Khổ được định nghĩa là những bất tịnh sơ hở (*kilesà sàsavà dhammà: phiền não hữu lậu pháp*) ngoài *khát ái* luôn được xem như yếu tố chính[5]. Ở đây ta chỉ cần nhớ rằng trọng tâm của *ái* là ý niệm sai lầm về ngã do vô minh mà có.

Khát ái không chỉ là ham muốn, bị trói buộc vào khoái lạc giác quan, tài sản, quyền lực, mà còn là ham muốn, bị trói buộc vào những tư tưởng, lý tưởng, quan điểm, lý thuyết, khái niệm và niềm tin (*dhamma-tanhà, pháp ái*)[6]. Theo sự phân tích của

Phật, tất cả tranh chấp trên đời, từ gây gổ trong gia đình cho đến đại chiến giữa các quốc gia, đều có gốc rễ ở khát ái này[7]. Theo quan điểm ấy, mọi vấn đề kinh tế, chính trị và xã hội đều có cội rễ là lòng tham vị kỉ. Những chính khách muốn dàn xếp những tranh chấp quốc tế mà chỉ bàn chiến tranh và hòa bình trong lãnh vực chính trị, kinh tế là chỉ chạm cái vỏ ngoài, không bao giờ động đến cội gốc đích thực của vấn đề. Như Phật đã dạy tôn giả Ratthapàla: "Thế gian thiếu thốn, khát khao và nô lệ cho dục vọng (*tanhàdàso*)."

Ai cũng nhận rằng mọi tai họa trên đời đều do dục vọng ích kỉ gây nên. Điều này không khó hiểu. Nhưng làm sao dục vọng, khát ái lại có thể đưa đến tái sinh, sự có mặt trở lại (*ponobhavikà*), là vấn đề không phải dễ lãnh hội. Chính vì vậy ta phải bàn đến khía cạnh triết lý sâu sắc của chân lý thứ hai, trong tương quan với khía cạnh triết lý của Diệu đế thứ nhất. Ta cần có vài ý niệm về thuyết Nghiệp và tái sinh.

Có bốn thức ăn (*àhàrà*) theo nghĩa nguyên nhân hay "điều kiện" (*duyên*) cần thiết cho hữu tình tiếp tục sống và tồn tại:

Đoàn thực (*kabalinikàràhàra*): thức ăn vật chất thông thường; Xúc thực (*phassàhàra*): sự tiếp xúc của giác quan, kể cả ý thức, với ngoại giới; Thức thực (*vinnànàhara*); và Tư niệm thực (manosancetanàhàra): ý chí hay ý muốn của tâm[8].

Trong bốn điều kiện trên, thì cái cuối cùng, tư niệm, chính là ý chí muốn sống, muốn tồn tại, tái sinh, tương tục, tăng trưởng[9]. Nó tạo nên nguồn gốc của sự sống và tiếp tục, tiến tới trước bằng những nghiệp thiện, bất thiện (*kusalàkusala-kamma)*[10]. Nó cũng chính là ý hành hay tư (*cetàna)*[11]. Ta đã thấy trước đây rằng ý chí là nghiệp[12], như chính Phật đã định nghĩa. Nói đến tư niệm vừa kể trên, Phật đã dạy: "Khi người ta hiểu tư niệm thực, người ta sẽ hiểu được ba hình thức khát ái"[13]. Như thế *ái, ý hành, tư niệm* và *nghiệp* đều có cùng một nghĩa. Đó là dục vọng, ý chí muốn sống, muốn tồn tại, muốn tái sinh, muốn trở thành, muốn tăng trưởng, muốn tích lũy không ngừng. Đó là nguyên nhân phát sinh ra khổ. Dục vọng ấy được nằm trong hành uẩn, một trong năm uẩn cấu tạo nên một chúng sinh[14].

Đây là một trong những điểm chính yếu và quan trọng nhất của giáo lý Phật. Vì vậy chúng ta phải thận trọng để ý và nhớ rõ rằng nguyên nhân, mầm mống của sự phát sinh dukkha nằm ngay trong dukkha chứ không ở đâu bên ngoài. Đây là ý nghĩa của câu danh tiếng thường được thấy trong các nguyên bản Pàli:

"*Yam kincisamudayadhammam sabbam tam niroshadhammam*. Bất cứ cái gì thuộc bản chất của sinh, cũng thuộc bản chất của diệt"[15]. Một người, một vật, một hệ thống lý thuyết, khi đã có bản chất của sự xuất sanh, biểu hiện, thì cũng có luôn trong nó bản chất, mầm mống của sự chấm dứt và hủy diệt. Như thế, vì dukkha (ngũ uẩn) có trong nó bản chất của sinh nên cũng có luôn trong nó bản chất của diệt. Điểm này sẽ được bàn trở lại trong phần nói về Diệu đế thứ ba, Diệt (*nirodha*).

Danh từ Pàli *kamma* hay Sanskrit *karma* (ngữ căn *kr* nghĩa là làm) có nghĩa *hành động, làm*. Nhưng trong lý thuyết đạo Phật về nghiệp, nó mang một ý nghĩa đặc biệt: nó chỉ có nghĩa là *những hành động cố ý*, không phải tất cả mọi hành động. Nó

cũng không có nghĩa là *hậu quả* của hành động như nhiều người dùng một cách sai lạc. Trong thuật ngữ Phật học, *Nghiệp* không bao giờ có nghĩa là hậu quả, hậu quả của nghiệp được gọi là *nghiệp quả* (*kamma-phala*) hay *dị thục* (*vipàka*).

Ý chí có thể tương đối thiện hay ác. Bởi thế nghiệp có thể thiện hay ác một cách tương đối. Nghiệp thiện (*kusala*) phát sinh thiện quả, bất thiện (*akusala*) phát sinh ác quả. Khát ái, ý chí, nghiệp dù thiện hay ác đều có hậu quả là một *năng lực*: năng lực tiếp tục, theo chiều hướng thiện hoặc ác. Nhưng thiện ác đều tương đối, đều ở trong vòng luân hồi (*samsàra*). Một vị A-la-hán dù có hành động cũng không dồn chứa *nghiệp*, vì đã giải thoát khi *tà kiến* hay quan niệm sai lầm về ngã, khi khát ái muốn trở thành, muốn tiếp tục, khi mọi phiền não sơ hở khác (*kilesà sàsavà dhammà, phiền não hữu lậu pháp*). Đối với vị ấy, không còn tái sinh.

Không nên lầm lẫn thuyết nghiệp báo với cái gọi là "đạo đức công bằng " hay "thưởng phạt". Ý tưởng về đạo đức công bằng hay thưởng phạt phát sinh do quan

niệm có một thực thể tối cao, một thượng đế ngồi phán xét, ban luật lệ và phân định chính tà. Danh từ "công lý" hồ đồ và nguy hiểm, nhân danh nó nhiều tai hại đã đến cho nhân loại hơn là lợi ích. Lý thuyết về nghiệp là luật nhân quả, hành động và phản ứng. Nó trình bày một định luật tự nhiên, không dính líu gì đến ý niệm công bằng thưởng phạt. Mọi hành động do ý muốn đều phát sinh kết quả hay hậu quả của nó. Nếu một nghiệp thiện phát sinh quả lành và một nghiệp ác phát sinh quả dữ, thì đấy không phải là sự công bằng hay thưởng phạt do một quyền năng nào ngồi phán xét rồi ban lệnh, mà đấy chỉ do bản chất của nghiệp, luật lệ của nghiệp là vậy. Điều này không khó hiểu. Nhưng điều khó hiểu là, theo thuyết nghiệp báo, những hậu quả của một hành vi cố ý có thể tiếp tục biểu hiện cả trong một đời sống về sau. Vì vậy ta lại phải hiểu theo Phật giáo, *chết* nghĩa là gì.

Trên đây ta đã thấy rằng con người chỉ là một sự kết hợp những sức mạnh hay năng lượng vật lý và tâm linh. Cái ta gọi *chết* chỉ là sự chấm dứt hoàn toàn những vận hành của cơ thể vật lý. Nhưng những

sức mạnh, năng lực kia có cùng chấm dứt với vận hành của thân xác hay không? Phật giáo bảo "Không". Ý chí, dục vọng, khát ái muốn tồn tại, muốn tiếp tục, muốn trở thành, là một sức mạnh ghê gớm điều động toàn bộ những đời sống, những sự sinh tồn, điều động toàn thế giới. Đây là sức mạnh lớn lao nhất, năng lực hùng mạnh nhất trong hoàn vũ. Theo Phật giáo, sức mạnh này không dừng nghỉ cùng với sự chấm dứt vận hành của thân xác mà ta gọi là *chết*, nó vẫn tiếp tục biểu hiện dưới một hình thức khác, phát khởi sự tái hiện hữu mà người ta gọi là tái sinh luân hồi.

Bây giờ một câu hỏi khác nảy sinh trong trí: "Nếu không có một thực thể trường cửu bất biến như Ngã hay linh hồn (àtman) thì cái gì có thể tái hiện, tái sinh sau khi chết?" Trước khi bàn đến đời sống sau khi chết, ta hãy xét đời này là gì, và nó đang tiếp tục ra sao. Cái ta gọi đời sống, như đã nói nhiều lần, chỉ là sự kết hợp của năm uẩn, một phối hợp những năng lực vật lý tâm linh. Những uẩn này luôn luôn biến chuyển, không còn như cũ trong hai thời khắc tiếp nhau. Chúng sinh ra rồi diệt

trong từng sát na. "Mỗi lúc các uẩn sinh, suy tàn và diệt, hỏi các Tỳ-kheo, là mỗi lúc các ông sinh ra, già và chết"[16]. Như thế, ngay cả bây giờ, trong đời sống này, chúng ta cũng được sinh ra và chết đi trong từng giây phút, thế mà chúng ta vẫn tiếp tục. Nếu ta có thể hiểu rằng trong đời này mình có thể tiếp tục không cần có một bản thể trường cửu bất biến như Ngã hay linh hồn, thì tại sao không hiểu được rằng sau khi thân xác không còn vận hành, những năng lực kia vẫn có thể tiếp tục mà không cần đến một bản ngã hay linh hồn?

Khi thân xác vật lý này không còn hoạt động được, khi ấy những năng lực không chết theo với nó, mà tiếp tục nhận một hình dạng khác, mà ta gọi là một đời khác. Trong một đứa trẻ, mọi khả năng vật lý, tâm linh và tri thức đều yếu ớt, nhưng nó có sẵn tiềm năng để trở nên một người lớn đầy đủ. Những năng lực vật lý và tâm linh đã làm thành cái mà ta gọi là linh hồn ấy, có sẵn trong chúng khả năng nhận một hình thức mới, tăng trưởng và thâu thập sức mạnh cho đến khi đầy đủ.

Vì không có bản thể trường cửu bất biến nên không có gì đi từ một lúc này đến lúc kế tiếp. Bởi thế, hiển nhiên không có cái gì trường cửu hay bất biến có thể đi hay luân hồi từ đời này đến một đời sau. Đấy là một chuỗi tiếp tục không gián đoạn, nhưng biến đổi từng giây phút. Chuỗi ấy thật ra không là gì ngoài ra sự chuyển dịch. Nó giống như một ngọn lửa cháy thâu đêm: không phải cùng là một ngọn lửa, cũng không phải khác. Một đứa trẻ lớn lên thành một ông già sáu mươi: dĩ nhiên ông già lục tuần không phải là một với đứa trẻ sáu mươi năm về trước, nhưng cũng không phải khác. Cũng thế, một người chết *ở* đây và tái sinh *ở* một nơi khác không phải cùng là một người ấy, cũng không phải khác (*na ca so na ca anno*). Đấy là sự tiếp tục của cùng một chuỗi. Sự khác nhau giữa chết, sống chỉ là một *sát na tâm* (thời khoản rất ngắn cho một niệm khởi lên): tâm cuối cùng trong đời này định đoạt tâm đầu tiên trong đời sau, nhưng kỳ thực chỉ là sự tiếp nối của cùng một chuỗi liên tục. Ngay cả trong đời này cũng thế, một tâm niệm khởi lên định đoạt tâm niệm tiếp theo. Bởi thế theo Phật, đời

sau không phải là cái gì huyền bí, và Phật tử không bao giờ thắc mắc về vấn đề này.

Bao lâu còn khát ái trở thành, thì sinh tử luân hồi vẫn tiếp tục. Nó chỉ có thể ngừng khi nào sức mạnh điều khiển nó là khát ái bị chặt đứt nhờ trí tuệ thấy rõ Thực tại, Chân lý, Niết-bàn.

CHÚ THÍCH

[1] *Mhvg (Alutgama, 1922), p.9, S5(PTS), p.421 và các chỗ khác trong sách.*

[2] *Vedanàsamudayà tanhàsamudavo. M I (PTS), p. 51.*

[3] *Xem trang 82.*

[4] *Abhisamuc, p.43, pràdhànyràtha, sarvatragàrtha.*

[5] *Xem Vibh. (PTS), p.106 ff.*

[6] *M I (PTS), p.51, S II p.72, Vibh, p. 280.*

[7] *M I. p.86.*

[8] *M I, p.48.*

[9] *Một điều thú vị để so sánh "sự thúc đẩy của tâm ý" này với "libido" trong tâm lý học tân thời của Freud.*

[10] *MA I (PTS), p.210.*

[11] *Manosancetanà'ti cetanà eva vuccati. MA I (PTS), p.209.*

[12] *Xem trang 42 về uẩn thứ tư.*

[13] *S II (PTS), p.100. Ba hình thức của khát ái: 1) Dục ái: khao khát lạc thú giác quan; 2) Hữu ái: khao khát sinh tồn và trở thành hữu ái 3) Diệt ái: khao khát hư vô, không*

hiện hữu như đã nói trong định nghĩa samudaya "tập khởi của khổ" ở trên.

[14] *Xem trang 42.*

[15] *M III (PTS), p. 280, SIV, pp. 47, 107Vp. 423 và những chỗ khác.*

[16] *Prmj I (PTS), p. 78. "Khandhesu jayamànesu jìyamànesu mìyamànesu ca khane khane tvam bhikkhu jàyase ca jìyase ca mìyase ca". Câu này được trích trong luận Paramatthajotikà như là những lời của chính đức Phật. Cho đến bây giờ biên giả chưa tìm được đoạn này trong nguyên bản của nó.*

*

* *

Chương bốn

DIỆU ĐẾ THỨ BA: DIỆT (Nirodha): Sự chấm dứt khổ

Chân lý cao cả thứ ba là có một lối thoát cho khổ đau, ra khỏi sự tiếp nối của dukkha. Đây là chân lý cao cả về sự chấm dứt khổ, gọi là Niết-bàn (Pàli *Nibbàna*, hay thông dụng hơn, Sanskrit *Nirvàna*.)

Muốn tận diệt dukkha người ta phải diệt cội gốc chính của dukkha là khát ái *tanhà*, như đã nói trên. Bởi thế Niết-bàn còn gọi là *ái diệt* (*tanhakkhaya*), sự dứt tiệt dục vọng.

Bây giờ bạn sẽ hỏi: "Nhưng Niết-bàn là gì?" Để trả lời câu hỏi khá tự nhiên và đơn giản ấy, nhiều sách vở đã được viết ra nhưng chỉ làm vấn đề thêm rắc rối hơn là sáng tỏ. Giải đáp hợp lý duy nhất cho câu hỏi ấy là, ta không thể nào dùng ngôn từ để giải đáp đầy đủ và thỏa đáng, vì ngôn ngữ con người quá nghèo nàn để diễn đạt thực chất của Niết-bàn, Chân lý tuyệt đối hay

Thực tại tối hậu. Ngôn ngữ được con người đặt ra và sử dụng để mô tả những sự vật và ý tưởng thuộc kinh nghiệm giác quan và ý thức. Nhưng một kinh nghiệm siêu việt con người như kinh nghiệm về thực tại tuyệt đối, thì không thuộc vào phạm vi giác quan, ý thức. Bởi thế không có từ ngữ nào để diễn đạt kinh nghiệm ấy, cũng như trong ngữ vựng của con cá không có danh từ để diễn tả tính chất của đất cứng. Khi rùa trở lại trong nước kể cho cá nghe nó vừa đi dạo trên đất liền, cá bèn hỏi: "Dĩ nhiên là anh muốn nói anh bơi lội trên đó chứ?" Rùa cố giải thích rằng người ta không thể bơi lội trên đất cứng, mà *đi* trên ấy; nhưng cá vẫn khăng khăng một mực rằng không thể có chuyện như thế, đấy phải là chất lỏng như hồ ao của nó, có sóng nước, và ta phải có thể nhào lộn bơi lội trong đó.

Danh từ chỉ là những ký hiệu để diễn đạt những sự vật và tư tưởng mà ta biết, nhưng những ký hiệu ấy cũng không thể chuyên chở bản chất đích thực của cả đến những sự vật thông thường. Ngôn ngữ được xem là lừa dối và sai lạc trong vấn đề thấu hiểu chân lý. Bởi thế kinh Lăng già

(Lankàvatàra-sutra) dạy, kẻ ngu bị mắc bẫy danh từ như con voi sa lầy[1].

Tuy nhiên chúng ta cũng không thể không cần đến ngôn ngữ. Nhưng nếu Niết-bàn được diễn đạt và giải thích bằng những từ ngữ khẳng định, thì ta dễ chụp ngay lấy một ý tưởng dính liền với những từ ngữ ấy, một ý tưởng có thể hoàn toàn ngược lại. Bởi thế Niết-bàn thường được diễn tả bằng những từ ngữ phủ định[2], có lẽ đấy là cách ít nguy hiểm hơn. Cho nên Niết-bàn thường được nói đến bằng những danh từ phủ định như *tanhakkaya - ái diệt*, sự tiêu diệt của dục vọng; *asamkhata - vô vi*, không bị kết hợp, không bị giới hạn; *viràga - vô tham*, không tham; *nirodha - diệt*, sự chấm dứt; *nibbàna-tịch diệt*, sự dập tắt, tắt ngấm.

Ta hãy xem một vài định nghĩa và mô tả về Niết-bàn như được tìm thấy trong các nguyên bản Pàli:

"Đấy là sự chấm dứt rốt ráo của dục vọng; vứt bỏ nó, chối từ nó, thoát khỏi nó, rứt ra khỏi nó."[3]

"Sự im bặt của mọi sự vật bị giới hạn, sự dứt bỏ mọi xấu xa, sự diệt dục, sự giải thoát, chấm dứt, Niết-bàn."[4]

"Hỏi các Tỳ-kheo, thế nào là cái tuyệt đối vô vi (*asamkhata*)? Này các Tỳ-kheo, đấy là sự diệt tham (*ràgakkhayo*), diệt sân (*dosak khayo*), diệt si (*mohakkhayo*). Này các Tỳ-kheo, đây gọi là vô vi tuyệt đối."[5]

"Này Ràdha, sự tiêu tan của dục vọng là Niết-bàn." [6]

"Này các Tỳ-kheo, trong tất cả pháp, dù là pháp hữu vi hay vô vi, pháp giải thoát ly tham (*viràga,*) là cao cả nhất. Ấy nghĩa là giải thoát khỏi kiêu mạn, diệt trừ tham[7], nhổ tận gốc sự chấp thủ, cắt đứt sự tiếp tục, dập tắt khát ái, giải thoát, chấm dứt, Niết-bàn."[8]

Khi được một du sĩ ngoại đạo (*Parivràjaka*) hỏi Niết-bàn là gì, Xá-lợi-phất (Sàriputta), vị đệ tử lỗi lạc của Phật cũng đã trả lời giống như định nghĩa trên của Phật về Vô vi: "Sự diệt tham, diệt sân, diệt si"[9]

"Sự từ bỏ, phá hủy dục vọng khát ái đối với năm uẩn chính là chấm dứt dukkha."[10]

"Hữu diệt (*bhavanirodha*) là Niết-bàn."[11]

Về sau, nói đến Niết-bàn, Phật dạy:

"Hỏi các Tỳ-kheo, có cái không sinh, không trở thành, không bị giới hạn, không được kết hợp. Nếu không có cái không sinh, không trở thành, không bị giới hạn, không được kết hợp, thì sẽ không có lối thoát cho cái đã sinh ra, trở thành, bị giới hạn, được kết hợp. Bởi vì có cái không sinh, không trở thành, không bị giới hạn, không được kết hợp, cho nên có lối thoát cho cái đã sinh ra, trở thành, bị giới hạn, được kết hợp."[12]

"Ở đây không có chỗ cho bốn đại đất, nước, lửa, gió; những khái niệm dài, rộng, thô, tế, xấu, tốt, danh và sắc đều hoàn toàn bị phá hủy, không có đời này đời sau, không có đến đi hay đứng, không có chết hay sống, không thể tìm thấy đối tượng giác quan."[13]

Vì Niết-bàn được diễn đạt bằng những từ ngữ phủ định như thế, nên có nhiều người đã có một quan niệm sai lầm rằng nó tiêu cực, và diễn tả sự tiêu diệt bản ngã. Niết-bàn nhất định không phải là sự hủy diệt của bản ngã, bởi vì không có bản ngã

nào để hủy diệt. Nếu có hủy diệt thì đấy là sự hủy diệt của ảo tưởng mà ý niệm sai lầm về ngã gây nên.

Nói Niết-bàn là tiêu cực hay tích cực đều không đúng. Những khái niệm tiêu cực và tích cực đều tương đối, thuộc phạm vi đối đãi. Bởi thế những từ ngữ ấy không thể áp dụng cho Niết-bàn là chân lý tuyệt đối vượt ngoài nhị nguyên, tương đối.

Một danh từ phủ định không nhất thiết ám chỉ một trạng thái tiêu cực. Danh từ Pàli hay Sanskrit để chỉ sức khỏe là *àrogya*, một từ phủ định, có nghĩa là "không có bệnh hoạn". Nhưng sức khỏe thì không ám chỉ một tình trạng tiêu cực. Danh từ "Bất tử" (Sk. *Amrta,* Pàli *Amata*) một đồng nghĩa của Niết-bàn, là phủ định, nhưng nó không ám chỉ một tình trạng tiêu cực. Sự từ chối những chuyện tiêu cực thì không tiêu cực. Một trong những tiếng đồng nghĩa của Niết-bàn mà ai cũng biết, là *giải thoát* (Pàli: *Mutti*, Skr: *Mukti*). Không ai nói giải thoát là tiêu cực. Nhưng ngay cả giải thoát cũng có một khía cạnh phủ định. Giải thoát luôn luôn là giải thoát khỏi cái gì chướng

ngại, xấu xa, tiêu cực. Nhưng giải thoát thì không tiêu cực. Bởi thế Niết-bàn, giải thoát (Mutti hay Vimutti), tự do tuyệt đối, là sự giải thoát khỏi mọi tệ tập, giải thoát khỏi tham ái, sân hận và ngu si, giải thoát khỏi mọi danh từ đối đãi, khỏi sự tương đối, khỏi thời gian và không gian.

Trong kinh Phân biệt giới Dhàtuvibhanga (Trung Bộ kinh 140) ta có thể có một khái niệm về Niết-bàn, chân lý tuyệt đối. Bài pháp vô cùng quan trọng này đã được Phật thuyết cho Pukkusàti (đã nói trên) người ngài gặp trong xưởng thợ gốm vào một đêm yên tĩnh, và nhận thấy là có trí và tu hành nghiêm túc. Cốt tủy những gì ta cần biết như sau.

Một con người được cấu tạo do sáu giới: địa, thủy, hỏa, phong, không và thức. Khi phân tích sáu giới họ thấy không có gì là "của tôi" hay "tôi" hay "tự ngã của tôi". Họ hiểu ý thức xuất hiện và tan biến như thế nào, những cảm giác vui, khổ, không vui, không khổ xuất hiện và biến mất ra sao. Do cái biết ấy, tâm họ hết bị ràng buộc. Khi ấy họ khám phá trong mình một trạng thái

bình an thuần tịnh gọi là tâm xả (*upekhà*) mà họ có thể vận dụng để tiến đạt đến bất kỳ cảnh giới tâm linh cao siêu nào, và họ biết trạng thái xả thuần tịnh ấy có thể kéo dài rất lâu. Nhưng họ nghĩ: "Nếu ta vận dụng xả thuần tịnh này hướng đến hư không vô biên và phát triển một tâm tương ứng với không vô biên ấy, thì đấy cũng chỉ là một tạo tác hữu vi của tâm thức (samkhatam)[14]. Nếu ta vận dụng xả thuần tịnh này vào cõi thức vô biên... vào cõi vô sở hữu (không có gì cả)... hay vào cõi phi phi tưởng (không có tri giác cũng không tri giác) và phát triển một tâm tương ứng, thì đấy cũng chỉ là một tạo tác của tâm thức." Khi ấy họ không tạo tác gì bằng tâm thức, vì không muốn trở thành (*bhava, hữu*) hay hủy diệt (*vibhava, phi hữu*)[15]. Vì tâm không tạo tác, không muốn hữu hoặc phi hữu, nên họ không bám víu gì ở thế gian, do không bám víu nên không lo ngại, do không lo ngại nên hoàn toàn lắng dịu, [ngọn lửa trong họ] hoàn toàn bị thổi tắt (*paccattam yeva parinibbàyati*). Và họ biết: "Sự sinh đã chấm dứt, đời sống trong sạch đã được sống, cái gì phải làm đã được làm, không còn có gì nữa phải làm."[16]

Bấy giờ, mỗi khi cảm thọ một cảm giác vui, khổ hoặc không vui không khổ, vị ấy biết cảm giác ấy vô thường, biết nó không trói buộc được mình, biết nó không phải được cảm thọ với dục vọng. Dù bất cứ cảm giác gì, vị ấy cảm thọ mà không bị trói buộc vào nó (*visamyutto*). Vị ấy biết rằng mọi cảm giác sẽ an tịnh khi thể xác tan rã, cũng như ngọn đèn tắt khi dầu và bấc đã cháy hết.

"Bởi thế, này các Tỳ-kheo, một người được như vậy là có được trí tuệ thù thắng, vì trí biết về diệt khổ là minh triết thù thắng.

"Giải thoát của vị ấy có căn bản trên chân lý, không ai lay chuyển nổi. Này các Tỳ-kheo, cái gì phi thực (*mosadhamma*) là tà vạy; cái thực tại (*amosadhamma*), Niết-bàn, là chân lý(*sacca*). Bởi thế, hỡi các Tỳ-kheo, một người được như vậy là có được chân lý tuyệt đối. Vì Thánh đế tối thượng (paramam ariyasaccam) là Niết-bàn, và Niết-bàn là thực tại."

Ở chỗ khác Phật dùng hẳn danh từ Chân lý thay cho Niết-bàn: "Ta sẽ dạy các người chân lý và con đường đưa đến chân

lý"[17]. Ở đây nhất định chân lý có nghĩa là Niết-bàn.

Bây giờ, gì là Chân lý tuyệt đối? Theo Phật giáo, Chân lý tuyệt đối là: trên đời không có gì tuyệt đối, mọi sự đều tương quan, có điều kiện, và vô thường. Không có một thực chất tuyệt đối không thay đổi, bất diệt được gọi là ngã, linh hồn hay *atman* ở trong ta hay ngoài ta. Đây là Chân lý tuyệt đối. Chân lý không bao giờ tiêu cực, mặc dù cũng có từ ngữ phổ thông là chân lý tiêu cực. Sự thấu hiểu chân lý ấy, nghĩa là thấy mọi sự như thật (*yathàbhùtam*), không có ảo tưởng hay ngu si (*vô minh, avijjà*)[18], chính là sự diệt tất dục vọng, là đoạn tận ái (*tanhakkhaya*), là diệt khổ, là Niết-bàn. Một điều thú vị và bổ ích nếu ta nhớ quan điểm của Đại thừa là Niết-bàn không khác với sinh tử[19]. Cũng một sự việc ấy, nhìn theo lối chủ quan là sinh tử, khách quan là Niết-bàn. Quan điểm này của Đại thừa có lẽ đã được triển khai từ những khái niệm ta gặp trong các kinh bản Pàli của nguyên thủy hay Thượng tọa bộ (*Theravàda*), mà ta vừa đề cập một cách vắn tắt.

Thật không đúng nếu nghĩ Niết-bàn là kết quả tự nhiên của sự dập tắt dục vọng. Niết-bàn không là kết quả của cái gì hết. Nếu Niết-bàn là kết quả, thì Niết-bàn thành ra sản phẩm của một cái nhân; thành ra hữu vi, có điều kiện. Nhưng Niết-bàn không là nhân hay quả, mà vượt ngoài nhân và quả. Chân lý không phải là một hậu quả hay kết quả. Nó không được sản xuất như một trạng thái thần bí, thuộc về tâm linh như thiền (*dhyàna*) hay định (*samàdhi*). Có **Chân lý**, có **Niết-bàn**. Điều duy nhất ta có thể làm là thấy chân lý, hiểu chân lý. Có một con đường đưa đến sự thấy hiểu ấy. Nhưng Niết-bàn không phải là kết quả của con đường[20]. Bạn có thể leo núi dọc theo một con đường, nhưng ngọn núi không phải là kết quả, hậu quả của con đường. Bạn có thể thấy ánh sáng, nhưng ánh sáng không phải là kết quả của sự thấy.

Người ta thường hỏi: "Có gì ở sau Niết-bàn?" Câu hỏi này không vững, vì Niết-bàn là chân lý tối hậu. Vì nó đã là tối hậu, nên không thể có gì ở đằng sau nó. Nếu có một cái gì ở sau Niết-bàn thì cái đó - chứ không phải Niết-bàn- thành chân lý tối hậu. Một

thầy tu tên Ràdha đặt câu hỏi ấy với Phật dưới một hình thức khác: "Niết-bàn là để dùng vào mục đích gì?" Câu hỏi ấy giả thiết có một mục đích hay cứu cánh nào cho Niết-bàn. Phật trả lời: "Này Ràdha, câu hỏi ấy không nhằm chỗ. Người ta sống đời thánh thiện nhắm đến Niết-bàn như là chân lý tuyệt đối, mục đích của đời sống phạm hạnh, cứu cánh tối hậu của đời sống ấy."[21]

Vài từ ngữ thông dụng sai lạc như "Phật nhập Niết-bàn hay vào Bát Niết-bàn (Parinirvàna) sau khi Ngài chết" đã làm phát sinh nhiều tư duy tưởng tượng về Niết-bàn[22]. Khi nghe nói Phật nhập Niết-bàn hay Bát Niết-bàn ta tưởng Niết-bàn là một cõi, một lãnh vực, một hoàn cảnh trong đó có một loại hiện hữu nào đó, ta cố tưởng tượng nó qua ý nghĩa danh từ "hiện hữu" mà ta đã biết. Từ ngữ thông dụng "nhập Niết-bàn" không có cái gì tương đương trong nguyên bản. Không có gì gọi là "nhập Niết-bàn sau khi chết". Có một từ ngữ Parinibbuto dùng để chỉ cái chết của một vị Phật hay A-la-hán đã chứng Niết-bàn, nhưng nó không có nghĩa "nhập vào Niết-bàn". *Parinibutto* chỉ có nghĩa "hoàn toàn đi

mất", "hoàn toàn thổi tắt", hay "hoàn toàn diệt", vì Phật hay A-la-hán không còn sinh tử trở lại sau khi chết.

Bây giờ một câu hỏi khác được đặt ra: "Cái gì xảy đến cho Phật hay một vị A-la-hán sau khi chết hay bát Niết-bàn?" Câu hỏi này thuộc vào loại những câu hỏi không giải đáp (*bất thuyết, avyàkata*)[23]. Đức Phật khi nói về điều này cũng đã dạy rằng không từ ngữ nào trong ngữ vựng con người có thể diễn tả cái gì xảy đến cho một vị A-la-hán sau khi chết. Khi trả lời Vaccha, một du sĩ ngoại đạo (*parivràjaka*), Phật dạy "sinh" hay "không sinh" không áp dụng cho vị A-la-hán vì những pháp sắc, thọ, tưởng, hành, thức liên kết với "sinh" và "không sinh", đã hoàn toàn bị hủy diệt, nhổ tận gốc, không còn tái xuất hiện sau khi chết.[24]

Một vị A-la-hán sau khi chết được ví như một ngọn lửa tắt ngấm khi không đun thêm củi, hay như đèn đã hết bấc và dầu[25]. Ở đây cần phải hiểu một cách rõ ràng minh bạch rằng, cái được ví với ngọn đèn đã tắt không phải là Niết-bàn mà cái được ví với lửa tắt là "con người" năm uẩn vì đã thực hiện Niết-bàn. Điểm này cần được nhấn

mạnh vì nhiều người, ngay cả vài học giả uyên bác, đã hiểu lầm và giải thích sai ẩn dụ này khi nói đến Niết-bàn. Niết-bàn không bao giờ được so sánh với một ngọn lửa tắt hay một ngọn đèn tắt.

Lại một câu hỏi nữa thường được đặt ra: "Nếu không có ngã, không có atman, thì ai thực hiện Niết-bàn?" Trước khi nói về Niết-bàn ta hãy đặt câu hỏi: "Nếu không có ngã, thì ai đang suy nghĩ đây?" Ta đã thấy trước đây rằng chính tâm là cái đang suy nghĩ, rằng không có người suy tư ở đằng sau tư tưởng. Cũng thế, chính trí tuệ (*panna*) thực chứng. Không có cái ngã nào đằng sau sự thực chứng. Trong lúc bàn về nguồn gốc của dukkha chúng ta đã thấy rằng bất cứ cái gì - người, vật hay một tập thể - nếu trong nó có bản chất của sinh thì cũng có luôn trong nó bản chất, mầm mống của sự chấm dứt, hủy diệt. Mà khổ, sinh tử, luân hồi có bản chất của sự sinh, nên cũng phải có bản chất của sự hủy diệt. Dukkha phát sinh vì khát ái, và nó chấm dứt do tuệ (*panna, Bát nhã*). "Dục" và "tuệ" cả hai đều ở trong ngũ uẩn, như đã thấy trước đây.[26]

Như thế mầm mống của sự sinh ra Ngũ uẩn cũng như mầm mống của sự chấm dứt Ngũ uẩn đều ở trong Ngũ uẩn. Đây là ý nghĩa chân thật của lời Phật dạy: "Chính ngay trong thân này, ta nói có sự xuất hiện thế giới, sự chấm dứt của thế giới, và con đường đưa đến sự chấm dứt của thế giới"[27]. Điều này có nghĩa rằng tất cả tứ Diệu đế đều được tìm thấy trong Ngũ uẩn, nghĩa là ngay trong ta (ở đây danh từ "thế giới"- *loka* được dùng thay cho danh từ *dukkha, khổ*). Điều này cũng còn có nghĩa rằng không có một quyền năng nào bên ngoài phát sinh ra nguyên nhân và sự chấm dứt của khổ.

Khi được mở mang, được tu tập theo diệu đế thứ tư (sẽ bàn kế tiếp), trí tuệ thấy được bí mật của sự sống, thấy thực chất mọi sự đúng như thật. Khi bí mật đã được khám phá, khi chân lý được tìm ra, thì tất cả những năng lực cuồng nhiệt trong ảo tưởng đã sản sinh ra dòng tiếp nối sinh tử, bây giờ trở nên vắng lặng, không thể tạo thêm nghiệp mới, vì không còn ảo tưởng, không còn khát ái để duy trì dòng tương tục tái sinh. Việc này cũng như một tâm bệnh tự nhiên chấm dứt, khi bệnh nhân khám phá

ra nguyên nhân, thấy rõ bí ẩn của chứng bệnh.

Trong hầu hết mọi tôn giáo, hạnh phúc tối cao chỉ có thể đạt được sau khi chết. Nhưng Niết-bàn thì có thể thực hiện ngay trong cõi đời này, không cần phải đợi đến lúc chết mới đạt đến.

Người đã thực chứng Chân lý, Niết-bàn, là người hạnh phúc nhất trần gian. Họ giải thoát khỏi mọi "mặc cảm", ám ảnh, phiền não, rắc rối, những vấn đề khiến người ta điêu đứng. Họ có được sức khỏe tinh thần toàn hảo. Họ không hối tiếc quá khứ, không bận tâm về tương lai, mà sống trọn cái hiện tại[28]. Bởi thế họ thưởng thức, vui hưởng mọi sự một cách thuần túy, không một bóng dáng nào của ngã chấp. Họ vui vẻ, hoan hỉ, thưởng thức sự sống thuần khiết, các giác quan hài hòa, bình an và trong sáng, thoát mọi âu lo[29]. Vì đã giải thoát khỏi dục vọng ích kỷ, khi hận thù, vô minh, kiêu căng, ngã mạn và tất cả mọi chướng ngại, nên họ trong sạch, đầy từ bi, tử tế, thiện cảm, hiểu biết và bao dung. Họ phục vụ kẻ khác một cách trong sạch nhất, vì không còn nghĩ đến mình. Họ không tìm

kiếm lợi lộc, không tích trữ bất cứ gì, kể cả tài sản tâm linh, vì đã thoát khỏi ảo tưởng về ngã và sự khao khát trở thành.

Niết-bàn siêu việt mọi danh từ thuộc nhị nguyên, tương đối. Bởi thế nó vượt ngoài những khái niệm thông thường ta có về thiện ác, phải trái, hữu phi hữu. Ngay cả danh từ "hạnh phúc" (*lạc, sukha*) dùng để tả Niết-bàn ở đây cũng có một ý nghĩa hoàn toàn khác biệt. Một hôm Xá-lợi-phất bảo: "Hiền giả, Niết-bàn là hạnh phúc! Niết-bàn là hạnh phúc!" Khi ấy Udàyi liền hỏi: "Nhưng thưa hiền giả Sàriputta, có thể có hạnh phúc gì khi không có cảm giác?" Câu trả lời của Ngài Xá-lợi-phất vô cùng thâm thúy, vượt khỏi tầm hiểu biết thông thường: "Chính sự không có cảm giác ấy mới là hạnh phúc."

Niết-bàn vượt ngoài lý luận và phán đoán (*atakhàvacara*). Dù ta cố lao vào những bàn cãi siêu hình - một trò tiêu khiển vô bổ của tri thức - về Niết-bàn hay Chân lý tối hậu hay Thực tại, ta cũng sẽ không bao giờ hiểu được Niết-bàn bằng cách ấy. Một trẻ em còn học mẫu giáo thì không nên tranh cãi về luật tương đối, mà nên theo đuổi sự học kiên tầm và cần mẫn, thì một ngày kia có lẽ sẽ hiểu

được luật ấy. Niết-bàn là "để cho những bậc trí giả tự mình chứng nghiệm. "(*Paccattam veditabbo vinnùhi*). Nếu ta theo con đường một cách kiên tâm trì chí, nếu ta tinh tấn đào luyện và thanh lọc bản thân, nếu ta đạt đến mức phát triển tâm linh cần thiết, một ngày kia ta có thể thực chứng Niết-bàn ngay trong ta, không cần phải nhọc trí vì những danh từ lớn lối bí hiểm.

Thế nên bây giờ ta hãy quay sang *con đường* đưa đến sự thực chứng Niết-bàn.

CHÚ THÍCH

[1] *Lanka, p.113.*

[2] *Cũng có những từ ngữ khẳng định được dùng để chỉ Niết-bàn như siva "lành", "tốt", Khera "an ổn", suddhi "sự trong sáng", Dipa "hòn đảo", Sarana "Nơi trú ẩn", Tana "sự che chở", Parà "bờ bên kia", Santi "an tịnh".... Có 32 đồng nghĩa của Niết-bàn trong Asamkhata samyutta, phần nhiều đều có tính ẩn dụ.*

[3] *Mhvg (Alutgama, 1922), p.10; SV p. 421. Cũng nên chú ý ở đây rằng định nghĩa này về Diệt "chấm dứt dukkha", được tìm thấy trong bài thuyết pháp đầu của Phật ở Sarnath, không chứa đựng chữ Niết-bàn, mặc dù định nghĩa ấy muốn nói đến Niết-bàn.*

[4] *S I, p.136.*

[5] *S IV, p.359.*

[6] S III, p.190.

[7] Ở đây chữ Pipàsà có nghĩa "khát khao".

[8] A (PTS) II, p.34.

[9] S (PTS) IV, p.251.

[10] Lời đức Xá lợi phất. M I (PTS), p. 191.

[11] Lời Musila, một đồ đệ của Phật. S II (PTS), 117.

[12] Ud. (Colombo, 1929), p.129.

[13] Ibid, p.128, D I (Colombo, 1929), p.172.

[14] Nên để ý rằng mọi trạng thái tâm linh thần bí, dù thuần khiết và cao cả bao nhiêu, cũng chỉ là những sáng tạo của tâm thức, có điều kiện và do kết hợp (samkhata, hữu vi). Chúng không phải là thực tại, không phải là chân lý (sacca).

[15] Điều này có nghĩa vị ấy không tạo thêm nghiệp mới vì đã giải thoát khỏi khát ái, ý dục.

[16] Câu này có nghĩa vị ấy đã chứng quả A-la-hán.

[17] SV (PTS), p.369.

[18] Cf. Lanka, p.200, "Này Mahàmati, Niết-bàn có nghĩa là thấy mọi sự như thật".

[19] Long Thọ nói rõ rằng "sinh tử không khác Niết-bàn, Niết-bàn không khác sinh tử" (Trung quán luận Kệ XXV, 19).

[20] Nên nhớ trong chín pháp siêu thế (navalokuttaradhamma) Niết-bàn ở ngoài đạo (Magga) và quả (phala).

[21] S III (PTS): p.189.

[22] Có vài người viết "sau khi Phật Niết-bàn" thay vì "sau khi Phật Bát Niết-bàn". Từ ngữ đầu vô nghĩa, không có trong văn học Phật giáo. Luôn luôn phải là "sau khi Phật Bát Niết-bàn" (parinirvàna).

[23] S IV (PTS), p.375 f.

[24] *M I (PTS), p.486.*

[25] *M I (PTS), p.487; III, p.245; Sn (PTS), v.232 (p.41)*

[26] *Xem "hành uẩn" chương 3.*

[27] *A (Colombo, 1929), p.218*

[28] *S I (PTS), p.5.*

[29] *M II (PTS), p.121.*

*

*   *

Chương năm

DIỆU ĐẾ THỨ TƯ: ĐẠO (Magga): Con Đường

Chân lý cao cả thứ tư là Con Đường dẫn đến sự chấm dứt khổ. Con đường này được gọi là Trung đạo (*Majjhimà Patipadà*) vì nó tránh hai cực đoan: cực đoan tìm hạnh phúc bằng cách theo đuổi khoái lạc giác quan, một điều "thấp kém, tầm thường, không lợi ích, đường lối của những kẻ hạ liệt", và cực đoan tìm hạnh phúc bằng cách tự ép xác dưới nhiều hình thức khổ hạnh, điều này cũng "đau khổ, không xứng đáng, không lợi ích." Vì đã đích thân thử hai cực đoan ấy và thấy chúng vô dụng, Phật đã tìm ra Trung đạo bằng kinh nghiệm của chính ngài và thấy nó "đem lại tri kiến, đưa đến an tịnh, trí tuệ, giác ngộ, Niết-bàn." Trung đạo này thường được gọi là Bát chính đạo (*ariya attangika magga*): con đường thánh tám ngành, vì nó gồm có tám phần:

1. Chính kiến (*sammàditthi*): thấy đúng
2. Chính tư duy (*sammàsankappa*): nghĩ đúng

3. Chính ngữ (*sammàvàca*): nói đúng
4. Chính nghiệp (*samm kammata*): làm đúng
5. Chính mạng (*sammààjiva*): sống đúng
6. Chính tinh tiến (*sammààyàmia*): siêng năng đúng
7. Chính niệm (*sammà satti*): nhớ đúng
8. Chính định (sammà samàdhi): tập trung đúng

Hầu hết giáo lý Phật giảng dạy suốt 45 năm đều đề cập con đường ấy cách này hay cách khác. Ngài giảng giải nó theo nhiều hình thức khác nhau, dùng những danh từ khác nhau tùy người nghe, tùy trình độ phát triển và khả năng lãnh hội của họ. Nhưng tinh túy của hàng ngàn bài thuyết pháp rải rác trong các kinh điển Phật giáo đều nằm trong Bát chính đạo.

Đừng tưởng ta phải lần lượt tu tập tám loại hay tám ngành của Con đường ấy theo thứ tự kể trên, mà nên cố tu tập đồng thời cả tám, tùy theo khả năng mỗi người. Vì tất cả tám ngành đều quan hệ lẫn nhau, mỗi ngành đều giúp cho sự tu luyện những ngành khác.

Tám yếu tố ấy nhằm mục đích giúp phát triển và kiện toàn ba khía cạnh cốt yếu trong sự tu tập và giới luật Phật giáo là Giới (*sìla*), Định (*samàdhi*) và Tuệ (*pannà*)[1]. Bởi thế ta sẽ hiểu rõ hơn về Bát chính đạo nếu phân nhóm và giải thích theo ba đề mục ấy.

Giới được xây dựng trên căn bản của đạo Phật là *từ* (tình yêu phổ quát) và *bi* (thương xót) đối với tất cả mọi sinh vật. Tiếc thay nhiều học giả đã quên đi lý tưởng vĩ đại này của Phật giáo, mà chỉ chuyên chú vào những phiêu lưu triết lý, siêu hình khi họ nói hay viết về đạo Phật. Đức Phật ban bố giáo lý của Ngài "vì lợi ích cho nhiều người, vì an lạc cho nhiều người, vì thương tưởng thế gian" (*bahujanahitàya bahujana-sukhàya lokànukampàya*).

Theo Phật giáo, con người toàn thiện phải có hai đức tính cần phát triển song hành: bi (*karunà*) và trí (*pannà*). Ở đây, *bi* bao gồm lòng thương, bác ái, sự tử tế, bao dung và tất cả những đức tính của một tâm hồn cao thượng, đây là phương diện cảm xúc của trái tim; còn *trí* có nghĩa là phương diện

tri thức hay những đức tính của khối óc. Nếu chỉ phát triển phần cảm xúc mà quên phần tri thức, người ta dễ trở thành một người ngu tốt bụng; nhưng nếu chỉ phát triển khía cạnh tri thức mà bỏ quên cảm xúc, người ta dễ trở thành một người trí có trái tim khô héo không chút cảm thương nào đối với tha nhân. Bởi thế muốn toàn thiện, người ta phải phát triển đồng đều cả hai khía cạnh. Đấy là mục đích của lối sống theo đạo Phật, trong đó trí tuệ và từ bi liên quan mật thiết với nhau như ta sẽ thấy.

Giới căn bản trên từ và bi bao gồm 3 yếu tố của Bát chính đạo: Chính ngữ, chính nghiệp và chính mạng (số 3, 4, 5 trong bảng kê trên).

Chính ngữ có nghĩa là:

1. Không nói dối.

2. Không nói xấu, vu khống, hay nói những lời có thể gây thù ghét, bất hòa, tan rã giữa những cá nhân hay những nhóm người.

3. Không nói cứng cỏi, thô lỗ, vô lễ, ác độc, thóa mạ người.

4. Không nói lời mách lẻo, vô ích, xuẩn ngốc.

Khi tránh được những hình thức ngôn ngữ sai quấy và có hại ấy, tất nhiên người ta phải nói sự thật, phải dùng những từ ngữ thân thiện, khoan hòa, êm ái, và nhã nhặn, có ý nghĩa và lợi ích. Người ta không nên nói năng bừa bãi, mà phải nói đúng lúc và đúng chỗ. Nếu không thể nói điều gì lợi ích, tốt hơn nên giữ sự "im lặng cao quý".

Chính nghiệp nhằm phát sinh lối hành xử hợp đạo đức, khả kính và hòa bình. Chính nghiệp là nên từ bỏ giết hại sinh mạng, từ bỏ trộm cắp, bỏ việc buôn bán giao dịch bất lương, bỏ tà dâm và giúp kẻ khác sống một đời hòa bình đáng kính theo chính đạo.

Chính mạng có nghĩa người ta nên từ bỏ sinh nhai bằng một nghề nghiệp có hại cho kẻ khác, như buôn bán khí giới, chất uống say sưa, độc dược, giết hại súc vật, lừa dối v.v.. và nên sống bằng nghề nghiệp đáng kính, vô tội, không có hại cho người, vật. Ở đây ta có thể thấy rõ đạo Phật cực lực chống đối bất cứ loại chiến tranh nào,

khi lập nguyên tắc rằng buôn bán khí giới là một phương tiện sinh sống xấu xa bất chính.

Ba yếu tố này (chính ngữ, chính nghiệp, chính mạng) của Bát chính đạo lập thành Giới. Cần nhận chân rằng giới luật Phật giáo cốt nhằm mục đích đem lại hạnh phúc, an lạc cho đời sống cá nhân và xã hội. Không thể có sự phát triển tâm linh nào nếu không có căn bản đạo đức ấy.

Kế đến là kỉ luật tâm linh bao gồm 3 yếu tố khác của Bát chính đạo là chính tinh tiến, chính niệm và chính định (số 6, 7, 8).

Chính tinh tiến là ý chí mạnh mẽ để ngăn ngừa những điều xấu chưa sinh; để từ bỏ những điều xấu đã sinh; để làm phát sinh những điều thiện chưa sinh; và tăng trưởng những điều thiện đã sinh.

Chính niệm (sự để ý, chú ý chân chính), là luôn luôn rõ biết, đầy đủ ý thức và chú ý về:

1. Những hoạt động của thân xác (*kàya*);

2. Những cảm giác hay cảm xúc (*thọ, vedanà*).

3. Những hoạt động của tâm (*citta*);

4. Ý tưởng, tư tưởng, quan niệm và sự vật (*pháp, dhamma*).

Sự thực hành pháp quán hơi thở ra vào (ànàpànasati) là một trong những pháp tập luyện nổi tiếng liên quan đến thân xác để phát triển tâm linh. Có nhiều cách khác để phát triển sự chú tâm liên quan đến thân xác, như các phương pháp thiền quán.

Về các cảm giác và cảm xúc, người ta phải ý thức rõ ràng tất cả mọi hình thái của chúng như vui, khổ, hoặc không vui, không khổ, cách chúng xuất hiện và tan biến trong ta.

Về những hoạt động của tâm, người ta phải ý thức xem tâm mình có tham hay không, có sân hay không, có ảo tưởng hay không, phân tán hay tập trung v.v..Với phương thức ấy, ta phải luôn luôn chú ý mọi động tác của tâm, xem chúng sinh và diệt ra sao.

Cuối cùng, về ý nghĩ hay tư tưởng, quan niệm về các pháp, ta phải biết tính chất của chúng, chúng sinh diệt ra sao, phát triển ra sao, bị áp đảo và tiêu diệt ra sao v.v..

Bốn hình thức tu tập hay thiền quán này được bàn chi tiết trong kinh Niệm xứ *Satipatthàna-sutra*[2].

Phần thứ ba cuối cùng của kỉ luật tâm linh là ***Chính định***, đưa đến bốn thiền *(dhyàna)*. Ở sơ thiền đẩy lùi được tham dục, (tư tưởng không lành như nhục dục), sân, hôn trầm (ngủ gà ngủ gật), trạo cử (lo âu, bất an) và hoài nghi; nhưng duy trì những cảm giác hỉ và lạc, cùng với một vài hoạt động tâm linh (*tầm, tứ*). Ở thiền thứ hai, tất cả mọi hoạt động của tâm (*tầm, tứ*) biến mất, sự an tĩnh và nhất tâm được phát triển, cảm giác hỉ và lạc vẫn còn được giữ lại. Ở thiền thứ ba, *hỉ* cũng biến mất nhưng *lạc* vẫn còn, cùng với tâm *xả*. Ở thiền thứ tư, mọi cảm giác (thân) lạc khổ, (tâm) hỉ ưu đều tan biến, chỉ còn lại *xả* và sự nhất tâm thuần tịnh *(xả niệm thanh tịnh)*.

Như thế tâm được huấn luyện, khép vào kỉ luật và phát triển nhờ chính tinh tiến, chính niệm và chính định.

Chúng ta đã bàn qua sáu yếu tố của Bát chính đạo (3,4,5,6,7,8) làm đối tượng cho Giới và Định. Hai yếu tố còn lại, Chính tư duy và Chính kiến, làm nên trí tuệ.

Chính tư duy liên hệ đến những tư tưởng về từ bỏ, giải thoát, tình yêu vô ngã, bất bạo động trải đến muôn loài. Một điều thú vị và quan trọng cần chú ý ở đây là những ý tưởng về giải thoát, tình yêu vô ngã và bất bạo động được nhóm họp về phía trí tuệ. Điều này tỏ rõ rằng trí tuệ chân thật vốn có những đức tính cao quý ấy, rằng mọi tư tưởng về dục vọng vị kỷ, sân hận hay bạo động đều là hậu quả của sự thiếu trí tuệ trong mọi lãnh vực đời sống cá nhân, xã hội, chính trị.

Chính kiến là sự thấy biết mọi sự đúng như thật, và chính tứ Diệu đế mới giải thích sự vật đúng như thật. Bởi vậy chính kiến rốt cuộc là thấy, hiểu tứ Diệu đế. Sự hiểu biết này là trí tuệ cao cả nhất, thấy được thực tại tối hậu. Theo Phật giáo có hai loại

hiểu biết: hiểu biết thông thường của chúng ta là kiến thức, trí nhớ tích lũy, sự lãnh hội dựa trên một số dữ kiện. Phật giáo gọi đấy là "hiểu biết tùy thuộc" *(anubodha)*. Nó không sâu sắc lắm. Sự hiểu biết sâu sắc thật sự gọi là thâm nhập *(pativedha)*, thấy biết sự vật trong bản chất của nó mà không cần tên và nhãn hiệu. Sự thâm nhập này chỉ có thể có khi tâm đã sạch mọi ô nhiễm và đã hoàn toàn phát triển nhờ thiền định[3].

Từ sự miêu tả sơ lược này về Bát chính đạo, ta có thể thấy rằng đấy là một lối sống phải được mỗi người tuân theo, thực hành và phát triển. Nó là tự kỉ luật trong thân xác, lời nói và ý nghĩ, tự phát triển và tự thanh lọc. Nó không dính líu gì đến đức tin, cầu nguyện, thờ phụng hay nghi lễ. Trong nghĩa đó, nó không có gì có thể gọi là có tính cách "tôn giáo" thông thường. Nó là một con đường dẫn đến sự thực chứng chân lý tối hậu, dẫn đến tự do hoàn toàn, hạnh phúc và bình an nhờ sự hoàn thiện về đạo đức, tâm linh và trí thức.

Trong những xứ theo Phật giáo, có những thói tục và nghi lễ đơn giản và đẹp, vào những dịp lễ tôn giáo. Chúng không

liên quan gì lắm đến Con Đường thực sự. Nhưng chúng có giá trị ở chỗ làm thỏa mãn vài cảm xúc tôn giáo và nhu cầu của những người còn thấp kém, và giúp họ dần dần đi đến Con Đường.

Về tứ Diệu đế ta có bốn nhiệm vụ thi hành:

Diệu đế thứ nhất là dukkha, bản chất sự sống, nỗi khổ đau của nó, những buồn vui của nó, sự bất toàn, không toại ý, sự vô thường và huyễn hóa. Về chân lý này, việc làm của ta là phải hiểu nó như một sự kiện, hiểu rõ và đầy đủ (*parrinneyya*) - [Khổ nên biết].

Diệu đế thứ hai là nguồn gốc của khổ tức dục vọng, khát ái và cùng với nó, tất cả những đam mê ô nhiễm bất tịnh khác. Về chân lý này thì hiểu chưa đủ, ở đây việc làm của ta là phải loại bỏ nó, diệt trừ và nhổ nó tận gốc rễ (*pahàtabba*) - [Tập nên đoạn].

Diệu đế thứ ba là sự chấm dứt khổ, hay Niết-bàn, Chân lý tuyệt đối, Thực tại

tối hậu. Ở đây việc của ta là phải thực chứng nó (*sacchikatabba*) - [Diệt nên chứng].

Diệu đế thứ tư là Con Đường đưa đến thực chứng Niết-bàn. Chỉ hiểu biết về Con Đường, dù có thấu triệt bao nhiêu cũng không ích. Trong trường hợp này, việc của ta là phải đi theo con đường ấy và tuân giữ nó (*bhàvetabba*)[4] -[Đạo nên tu].

CHÚ THÍCH

[1] *MI (PTS), p.301.*
[2] *Xem chương VII về Thiền định hay Quán tưởng.*
[3] *Vism (PTS), p.510.*
[4] *Mhvg. (Alutgama), 1922, p.10.*

*

* *

Chương sáu

VÔ NGÃ (ANATTA)

Cái mà người ta thường gọi là *linh hồn*, *ngã* hay *cái tôi*, là để ám chỉ một thực thể tuyệt đối, trường cửu trong con người, bản thể bất biến đằng sau thế giới hiện tượng hằng biến. Theo một vài tôn giáo, mỗi người có một linh hồn tách biệt như thế do Thượng đế tạo dựng, và linh hồn ấy sau khi chết sẽ vĩnh viễn sống trong địa ngục hay thiên đường. Số phận nó tùy thuộc vào sự phán xét của đấng sáng tạo ra nó. Theo một vài tôn giáo khác, linh hồn ấy trải qua nhiều đời sống, cho đến khi nó hoàn toàn trong sạch và cuối cùng trở thành đồng nhất với Thượng đế hay Phạm thiên *Brahman*, Linh hồn phổ quát hay *Àtman* từ đấy nó phát xuất. Linh hồn hay ngã trong con người là cái suy nghĩ, cảm giác, và nhận thưởng phạt về tất cả mọi hành vi thiện ác của nó. Một quan niệm như thế gọi là *ngã kiến*.

Phật giáo là tôn giáo độc nhất trong lịch sử tôn giáo nhân loại phủ nhận hiện hữu của một linh hồn, Ngã hay Àtmạn như thế. Theo giáo lý Phật, ngã kiến là một niềm tin sai lạc, không tương ứng với thực tại, và nó phát sinh những tư tưởng tai hại về "tôi" và "của tôi", dục vọng ích kỉ không biết chán, sự chấp thủ, sân hận, ác độc, kiêu căng ngã mạn, và những cấu uế ô nhiễm khác cùng nhiều rắc rối. Nó là nguồn gốc của mọi rối ren trên đời, từ những tranh chấp cá nhân cho đến chiến tranh giữa các dân tộc. Tóm lại, tất cả mọi sự tác quái trên thế gian đều bắt nguồn từ quan niệm sai lạc này.

Có hai ý tưởng thâm căn cố đế trong tâm lý con người: tự vệ và tự tồn. Vì muốn tự vệ con người đã dựng nên Thượng đế để nương tựa, để được che chở, được an ninh bảo đảm, như một đứa trẻ nương tựa vào cha mẹ. Vì muốn tự tồn người ta đã sáng tạo ra ý tưởng về một linh hồn bất tử hay Àtman sẽ sống mãi đến bất tận. Trong ngu si, yếu đuối, sợ hãi, khát khao, người ta cần hai điều ấy để tự trấn an, tự vỗ về; vì lý do

đó họ bám vào đấy một cách cuồng tín và hăng say.

Giáo lý Phật không dung dưỡng sự ngu si, yếu đuối, sợ hãi, khát khao ấy, mà cốt làm con người sáng mắt ra bằng cách trừ khử, tiêu diệt, nhổ tận gốc những thói này. Theo Phật giáo, những ý tưởng của chúng ta về thượng đế và linh hồn là sai lạc, trống rỗng. Mặc dù những ý tưởng ấy được phát triển sâu đậm, dệt thành những chủ thuyết, tất cả đều là những dự phóng tinh vi của óc tưởng tượng được gói ghém trong một mớ danh từ triết lý và siêu hình phức tạp. Những ý tưởng này đã ăn sâu gốc rễ trong tâm lý con người, gần gũi thân thiết với họ đến nỗi họ không mong nghe, cũng không muốn hiểu một đạo lý nào ngược lại.

Phật biết rõ điều ấy, ngài dạy rằng giáo lý của ngài "đi ngược dòng" (*patisotagàmi*), trái ngược với những dục vọng ích kỉ của con người. Bốn tuần lễ sau khi giác ngộ, ngồi dưới một gốc cổ thụ, ngài tự nhủ: "Ta đã thực chứng một sự thực sâu xa, khó thấy, khó hiểu... chỉ những bậc trí mới hiểu thấu. Những người bị đam mê chế

ngự, bị vô minh vây phủ không thể nào thấy chân lý này, vì nó ngược dòng, nó cao siêu, sâu kín, tế nhị và khó nghĩ bàn."

Nghĩ thế, Phật đã do dự một lúc: "Có phải vô ích không nếu ta cố giảng giải cho thế gian Chân lý mà ta đã chứng nhập?" Rồi ngài so sánh thế gian như một ao sen: Trong ấy có nhiều hoa còn ở dưới mặt nước, có những hoa khác chỉ vừa ló lên trên mặt nước, nhưng cũng có những bông hoa đã vươn lên khỏi mặt hồ và không còn động chạm với nước. Cũng thế trong thế gian này, trình độ phát triển của con người khác nhau. Có một số người sẽ hiểu được Chân lý. Vì thế đức Phật quyết định giảng dạy chân lý ấy[1].

Lý Vô ngã là kết quả tự nhiên, là hệ luận của phân tích Ngũ uẩn và Duyên khởi (*hay duyên sinh, paticca-samuppàda*)[2].

Trong phần thảo luận về diệu đế thứ nhất (*Khổ đế, dukkha*), chúng ta đã thấy cái mà ta gọi linh hồn hay cá thể được cấu tạo bởi năm uẩn, và khi phân tích kỹ năm uẩn

ta không thấy có gì đằng sau chúng có thể gọi được là Tôi, Àtman hay Ngã, hay bất cứ bản thể trường tồn bất biến nào. Đấy là phương pháp phân tích. Ta cũng có kết quả tương tự khi xét kỹ luật Duyên khởi, phương pháp tổng hợp, và theo luật này thì không có gì trên thế gian là tuyệt đối. Mọi sự vật (pháp) đều giới hạn, tương đối, và phụ thuộc lẫn nhau. Đây là thuyết tương đối của Phật giáo.

Trước khi thực sự đi vào vấn đề Vô ngã, ta nên có một ý niệm sơ qua về luật Duyên khởi. Nguyên tắc của lý thuyết này được tóm tắt trong một công thức gồm 4 dòng:

Cái này có, thì cái kia có

(imasmim sati idamhoti)

Cái này sinh, thì cái kia sinh

(imassuppàda idam uppajjati)

Cái này không, thì cái kia không

(imasmim asati idam na hoti)

Cái này diệt, thì cái kia diệt

(imassa nirodhà idam airujjhata)[3].

Theo nguyên tắc điều kiện tính, tương đối tính và tính hỗ tương tùy thuộc ấy, sự tiếp tục của đời sống và sự chấm dứt của nó được giải thích trong một công thức chi tiết gọi là Duyên khởi, (nghĩa là sự sinh khởi có điều kiện hay *duyên*) gồm 12 yếu tố:

1. Vô minh (làm) duyên (cho) hành (những hoạt động cố ý hay *nghiệp*) (*avijjà-paccayà samkhàvà).*

2. Hành (làm) duyên (cho) thức *(samkhà-rapaccayà vinnànam).*

3. Thức (làm) duyên (cho) danh sắc (những hiện tượng tâm lý và vật lý) (*Vinnà-napaccayà nàmarùpam).*

4. Danh sắc (làm) duyên (cho) lục nhập (5 giác quan và ý thức) *(Nàmarùpapaccayà salàyatanam).*

5. Lục nhập (làm) duyên (cho) xúc (động chạm, tiếp xúc) *(salàyatanapaccayà phasso).*

6. Xúc (làm) duyên (cho) thọ (cảm giác) (*phassapaccayà vedanà).*

7. Thọ (làm) duyên (cho) ái (khao khát ham muốn) (*vedanàpaccayàtanhà).*

8. Ái (làm) duyên (cho) thủ (bám víu, giữ lấy) (*Tanhapaccayà upàdànam).*

9. Thủ (làm) duyên (cho) hữu (quá trình sinh ra và trở thành) *(upàdànapaccayà bhavo).*

10. Hữu (làm) duyên (cho) sinh (sự sống, sinh ra) *(Bhavapaccayà jàti).*

11. Sinh (làm) duyên (cho)

12. Lão (già) tử (chết) ưu bi khổ não (buồn lo đau đớn) *(Jàtipaccayà jaràm maranam).*

Đây là quá trình theo đó sự sống đã phát sinh, tồn tại và tiếp diễn. Nếu ta đảo ngược công thức lại, ta sẽ đi đến sự chấm dứt của quá trình:

Vô minh diệt thì hành diệt, hành diệt thì thức diệt, thức diệt thì danh sắc diệt, danh sắc diệt thì lục nhập diệt v.v.. cho đến khi sinh lão, tử, ưu bi khổ não... diệt.

Cần nhớ rõ một điều rằng mỗi yếu tố trên đây đều vừa là nhân vừa là quả, nó vừa

bị định đoạt bởi *(paticcasamuppanna),* và vừa làm điều kiện cho *(paticcasamuppàda)*[4]. Bởi thế chúng đều là tương đối, phụ thuộc lẫn nhau và liên quan với nhau, không có cái gì là tuyệt đối hay biệt lập, do đó mà Phật giáo không công nhận có "nguyên nhân đầu tiên" như ta đã thấy trước kia[5]. Duyên khởi nên xem như một vòng tròn, chứ không nên xem là một sợi xích[6].

Vấn đề ý chí tự do chiếm một địa vị quan trọng trong tư tưởng và triết học Tây phương. Nhưng theo luật duyên khởi, vấn đề này không phát sinh và không thể phát sinh trong triết học Phật giáo. Nếu toàn thể hiện hữu đều là tương đối, giới hạn và phụ thuộc nhau, làm sao một mình ý chí có thể được tự do? Ý muốn cũng bị giới hạn như bất cứ tư tưởng nào khác. Cái ta gọi là "tự do"chính nó cũng giới hạn và tương đối. Không thể có cái gì vật lý hay tâm lý có thể tuyệt đối tự do, vì mọi sự đều tương quan và tương đối. "Ý chí tự do" bao hàm ý nghĩa một ý muốn không phụ thuộc vào những điều kiện, biệt lập với nhân quả. Làm sao một ý muốn hay bất cứ cái gì thuộc về ý chí,

có thể phát sinh mà không có những điều kiện, tách rời nhân và quả - khi toàn thể hiện hữu đều giới hạn và tương đối, nằm trong luật nhân quả? Lại nữa ở đây, ý niệm về ý chí tự do cũng liên quan mật thiết đến những ý tưởng về Thượng đế, linh hồn, công bằng, thưởng phạt. Không những cái gọi là tự do đã không tự do, mà ngay cả chính ý niệm về ý chí tự do cũng không thoát khi những điều kiện.

Theo luật duyên khởi, cũng như theo sự phân tích con người thành năm uẩn, ý tưởng về một bản thể trường cửu bất diệt ở trong hay ngoài con người, dù gọi là Àtman, Tôi, Linh hồn, Ngã, hay cái Ta, chỉ được coi như một niềm tin sai lạc (tà tín), một bóng dáng của tâm thức. Đây là lý thuyết Phật giáo về vô ngã (*anatta*).

Để tránh một sự lầm lẫn, ở đây ta nên nhắc rằng có hai loại sự thật: sự thật ước lệ *(sammutisacca)* và sự thật tuyệt đối hay thắng nghĩa đế *(paramatthasaca)*[7].

Khi ta dùng thường ngày những từ ngữ như "tôi", "anh", "linh hồn", "cá nhân" v.v..

không phải chúng ta nói dối, mà nói một sự thật thuận theo quy ước của thế gian. Nhưng sự thật tối hậu là không có "tôi" hay "linh hồn". Như kinh *Mahàyànasùtràlankàra* (*Đại thừa nhập Lăng già*) dạy: "Một con người (*pudagala*) nên được xem là chỉ có trong sự giả lập (*prajnapati*) (nghĩa là theo quy ước thì có một cá thể hay con người), chứ không phải trong thực tại (*dravya*)[8].

"Sự phủ nhận một linh hồn bất tử là đặc tính chung cho mọi hệ thống giáo lý Tiểu thừa cũng như Đại thừa, và như vậy không có lý do gì để quả quyết rằng truyền thống Đại thừa, một truyền thống hoàn toàn đồng quan điểm với Tiểu thừa trên vấn đề này, đã đi xa với giáo lý nguyên thủy của đức Phật." [9]

Bởi thế, thật lạ lùng khi gần đây vài học giả (như bà Rhys Davids và những người khác)[10] đã cố - một cách vô vọng - xen ý tưởng về ngã vào trong giáo lý Phật, một điều hoàn toàn trái ngược với Phật giáo. Những vị học giả này kính trọng, ngưỡng mộ và sùng thượng đức Phật và giáo lý

Ngài. Họ ngưỡng mộ Phật giáo. Nhưng họ không thể tưởng tượng được rằng đức Phật, người họ xem là tư tưởng gia sâu sắc và minh bạch nhất, lại có thể phủ nhận hiện hữu của Àtman, linh hồn hay ngã mà họ rất cần đến. Họ không biết rằng họ đang tìm sự ủng hộ của Phật cho nhu cầu này, nhu cầu một hiện hữu bất diệt - dĩ nhiên không phải trong một cái ngã nhỏ nhen cá biệt với một chữ n thường, mà trong cái Ngã với một chữ N hoa.

Tốt hơn, người ta nên nói thật rằng họ tin vào Àtman hay Ngã, hoặc người ta có thể nói ngay rằng Phật hoàn toàn sai lầm khi phủ nhận hiện hữu của một cái Ngã. Nhưng chắc chắn không ai nên đưa vào trong đạo Phật một ý tưởng mà Phật không bao giờ chấp nhận, như chúng ta có thể thấy từ những nguyên bản Pàli còn lại.

Những tôn giáo tin có Thượng đế và linh hồn không giấu giếm hai khái niệm ấy, trái lại còn tuyên bố chúng ra, lặp đi lặp lại nhiều lần bằng những từ ngữ hùng hồn nhất. Nếu quả tình Phật cũng chấp nhận hai ý tưởng ấy, hai ý tưởng tối quan trọng

trong mọi tôn giáo, thì chắc chắn Ngài đã công khai tuyên bố chúng như Ngài đã tuyên bố những điều khác, chứ không để cho chúng bị ẩn khuất để chỉ được khám phá ra 25 thế kỉ sau khi Ngài mất.

Người ta đâm ra nóng nảy khi nghĩ rằng qua giáo lý vô ngã của Phật, cái Tôi mà họ tưởng tượng mình có, sẽ bị phá hủy. Đức Phật không phải là không biết đến điều này.

Một hôm, một vị Tỳ-kheo hỏi Ngài: "Bạch đức Thế Tôn, có khi nào người ta bị giày vò bối rối vì không tìm thấy được trong mình một cái gì trường cửu?"

Đức Phật trả lời:

- Quả có như vậy, này Tỳ-kheo. Khi một người có ý nghĩ: "Vũ trụ là Àtman, sau khi chết ta sẽ là cái ấy, trường cửu, còn mãi, kéo dài, bất biến, ta sẽ tồn tại như thế cho đến vô cùng", mà được nghe Như Lai hay một đệ tử của Như Lai giảng lý thuyết đưa đến sự phá hủy hoàn toàn mọi quan điểm tư duy... đưa đến sự dập tắt khát ái, đưa đến giải thoát, chấm dứt, Niết-bàn;

người ấy sẽ nghĩ: "Thế là ta sẽ trở thành hư vô, ta sẽ bị hủy diệt, ta sẽ không còn nữa." Do vậy nó rên rỉ, lo lắng, đấm ngực than khóc, và đâm ra hoảng hốt. Như thế, này Tỳ-kheo, quả có trường hợp người ta bị dày vò khi không tìm thấy được trong nó một cái gì trường cửu[11].

Ở một đoạn khác, đức Phật dạy: "Hỡi các Tỳ-kheo, ý nghĩ "ta sẽ không còn tồn tại, không có gì nữa" làm cho những người ngu sợ hãi."[12]

Những người muốn tìm một cái "Ngã" trong Phật giáo lý luận như sau: Quả thật đức Phật đã phân tích con người ra sắc, thọ, tưởng, hành, thức (ngũ uẩn), và bảo rằng không có gì trong những thứ ấy là Ngã. Nhưng Ngài không bảo tuyệt đối không có Ngã, nơi con người hay nơi nào khác ngoài năm uẩn.

Lập trường này không đứng vững được vì hai lẽ:

Lẽ thứ nhất là theo giáo lý Phật, con người chỉ là năm uẩn kết hợp không là gì

khác. Không có chỗ nào Phật bảo còn có cái gì khác ở trong con người, ngoài năm uẩn.

Lẽ thứ hai là nhiều lần Phật đã bác bỏ, bằng những lời lẽ minh bạch, hiện hữu của Àtman, linh hồn hay Ngã trong hay ngoài con người, hay bất cứ ở đâu trong vũ trụ. Đây là vài ví dụ:

Trong kinh Pháp cú (*Dhammapada*) có ba bài kệ vô cùng quan trọng và cốt yếu trong giáo lý Phật : bài 5, 6, 7 chương 20 (hay những câu thơ số 277, 278, 279).

Hai câu thơ đầu nói:

"Tất cả hành là vô thường"(*sabbe samkhàrà aniccà*) và "Tất cả hành là khổ" (*sabbe samkhàrà dukkhà*). [*hành hay hữu vi*, là những gì có sinh, trú và diệt; được kết hợp do các điều kiện -DG]

Câu thứ ba là:

"Tất cả pháp vô ngã (*sabbe dhammà anattà*)[13].

Cần chú ý đặc biệt ở đây rằng trong hai câu đầu chữ samkhàrà "những sự vật có điều kiện" đã được dùng. Nhưng trong câu

thứ ba thay vì chữ samkhàra, chữ dhammà đã được dùng. Vì sao câu thơ thứ ba đã không dùng chữ *hành, samkhàrà,* "sự vật có điều kiện", như hai câu trước, mà lại dùng danh từ *pháp, dhammà* thay vào ? Chính đấy là điểm quan trọng nhất của vấn đề.

Danh từ *hành*, samkhàra[14] ám chỉ Ngũ uẩn, mọi sự vật và trạng thái bị giới hạn, phụ thuộc lẫn nhau, tương đối, mọi "pháp" vật lý cũng như tâm lý (sắc pháp và tâm pháp). Nếu câu thơ thứ ba nói: "Mọi hành (sự vật bị giới hạn) là vô ngã" thì người ta có thể nghĩ sự vật bị giới hạn là vô ngã, tuy nhiên có thể có một cái Ngã ở ngoài những sự vật bị giới hạn đó, ở ngoài Ngũ uẩn. Chính để tránh sự hiểu lầm mà danh từ *pháp* (dhammà) đã được dùng trong câu thơ thứ ba.

Danh từ *pháp* có phạm vi rộng lớn hơn *hành* rất nhiều. Không có danh từ nào trong thuật ngữ Phật học lại có phạm vi rộng hơn chữ *pháp*. Nó bao gồm không những những sự vật và trạng thái có điều kiện, mà còn cả cái vô điều kiện, cái tuyệt đối, Niết-bàn; không có gì ở trong hay ở

ngoài vũ trụ, tốt hay xấu, hữu vi (có điều kiện) hay vô vi (không điều kiện), tương đối hay tuyệt đối..., mà không được bao gồm trong danh từ này. Bởi vậy, thật quá rõ ràng, theo câu "tất cả pháp vô ngã" thì không có Ngã, không có linh hồn, không những chỉ ở trong Ngũ uẩn, mà còn bất cứ ở đâu ngoài ngũ uẩn hay tách biệt với ngũ uẩn[15].

Theo giáo lý nguyên thủy, điều này có nghĩa rằng không có ngã ở trong con người *(puggala)* hay trong các pháp. Triết lý Đại thừa cũng có một lập trường y hệt, không có một dị biệt nào về điểm đó, nhấn mạnh trên sự vô ngã của các pháp cũng như vô ngã của con người (pháp vô ngã, *dhammanairàtmya* và nhân vô ngã, *pudgalanairàtmya*).

Trong kinh Xà dụ *Alagadddùpamasutta* (Trung bộ I), Phật dạy môn đệ: "Hỡi các Tỳ-kheo, các ông có thể bám lấy một ngã luận (thuyết về ngã) nếu điều ấy không phát sinh sầu, bi khổ, ưu, não. Nhưng này các Tỳ-kheo, các ông có thấy một ngã luận nào như thế hay không, một ngã luận mà khi

chấp nhận nó, sẽ không phát sinh sầu, bi, khổ, ưu, não?

- Bạch đức Thế Tôn, nhất định là không.

- Chính thế, hỡi các Tỳ-kheo, Như Lai cũng vậy. Này các Tỳ-kheo, Như Lai không thấy một ngã luận nào mà nếu chấp nhận, sẽ không phát sinh sầu, bi, khổ, ưu, não."[16]

Nếu Phật đã chấp nhận một ngã luận nào, thì chắc chắn Ngài đã giảng ra đây, vì ngài bảo các Tỳ-kheo hãy chấp nhận một ngã luận nếu luận thuyết đó không phát sinh đau khổ. Nhưng theo Ngài, không có một thuyết nào như thế, và bất cứ một ngã luận nào, dù tinh tế và cao siêu đến đâu cũng chỉ là giả danh và tưởng tượng, sinh ra mọi vấn đề rắc rối, kéo theo những sầu, bi, khổ, ưu não.

Tiếp theo, cũng trong kinh ấy Phật dạy:

"Hỡi các Tỳ-kheo, khi mà Ngã hay bất cứ cái gì thuộc về Ngã không thực có, thì quan điểm tư duy này: "Vũ trụ là Ngã, ta sẽ là Ngã sau khi chết, sẽ trường cửu, tồn tại,

vĩnh viễn, bất biến, và ta sẽ hiện hữu như thế cho đến vô tận thời gian", quan điểm ấy có phải là hoàn toàn điên rồ chăng?"[17]

Ở đây Phật nói rõ rằng một Àtman, hay linh hồn, hay Ngã, thì không thể tìm thấy đâu trong thực tại, và thật điên rồ để tin tưởng rằng có một chuyện như thế.

Những người tìm kiếm một cái Ngã trong giáo lý Phật trích ra một ít ví dụ mà trước hết họ dịch sai, rồi giải thích một cách lầm lẫn. Một trong những ví dụ ấy là câu danh tiếng *attà hi attano nàtho* trong kinh Pháp cú (XII, 4 hay câu thơ 160), đã được dịch là "Ta là chúa tể của ta", và được giải thích rằng nó có nghĩa cái Ngã lớn là chúa tể của cái ngã nhỏ.

Trước hết, lối dịch ấy không đúng. *Attà* đây không có nghĩa là ngã trong nghĩa linh hồn. Trong tiếng Pàli, danh từ *attà* thường được dùng như một đại danh từ, trừ số ít trường hợp được dùng theo nghĩa đặc biệt triết học để chỉ thuyết linh hồn như đã thấy ở trên.

Theo cách dùng thông thường, như trong chương XII của Pháp cú, từ đấy câu trên được trích, và trong nhiều nơi khác, *attà* được dùng như một đại danh từ hay đại danh từ bất định có nghĩa "chính tôi", "chính anh", "chính nó", "chính ta", "chính người ta" v.v...[18]

Kế đến, chữ nàtho không có nghĩa là "chúa tể", mà là "nơi nương tựa", "trú ẩn, giúp đỡ, che chở"[19]. Bởi thế *Attà hi attano* thật sự có nghĩa "Ta là chỗ nương của chính ta". Nó không dính dáng gì đến một cái ngã hay linh hồn siêu hình nào cả. Nó chỉ có nghĩa bạn phải nương cậy vào chính bạn chứ đừng ỷ lại vào kẻ khác.

Một ví dụ khác về sự cố đưa ý tưởng về ngã vào giáo lý Phật là câu danh tiếng *Attadìpà viharatha, attasarana anannasaranà* được tách khi mạch văn kinh Đại Bát Niết-bàn[20]. Câu này dịch sát ý có nghĩa: "Hãy là hòn đảo cho chính ngươi, là nơi trú ẩn cho chính ngươi, và đừng xem ai khác là nơi nương cậy"[21]. Những người muốn tìm

ngã trong Phật giáo đã giải thích từ ngữ *attadìpà* và *attasaranà* là "lấy ngã làm ngọn đèn", "lấy ngã làm nơi nương tựa"[22].

Ta không hiểu trọn ý nghĩa lời Phật khuyên A-nan *(Ànanda)* nếu không xét đến bối cảnh và mạch văn trong đó những lời này được thốt ra.

Lúc ấy đức Phật đang nghỉ tại một khu làng gọi là Behuva, ba tháng trước khi Ngài mất, bát Niết-bàn *(parinirvàna)*. Bấy giờ Ngài đã 80 tuổi, đang lâm bệnh nặng. Nhưng Ngài nghĩ không nên chết mà không từ giã những môn đệ vốn gần gũi yêu mến Ngài. Bởi thế, một cách can đảm, cả quyết, Ngài chịu đựng tất cả đau đớn, thắng lướt cơn bệnh, và bình phục. Nhưng sức khỏe Ngài còn kém. Sau khi bình phục, một ngày kia Ngài ngồi trong bóng mát ở bên ngoài chỗ Ngài lưu trú. A-nan, vị thị giả tận tụy nhất của Phật, tiến đến đức Đạo sư quý mến của mình, ngồi bên cạnh đức Thế Tôn và bạch:

"Bạch đức Thế Tôn, con đã săn sóc sức khỏe đức Thế Tôn, con đã hầu hạ Ngài trong khi Ngài lâm bệnh. Nhưng khi thấy

bệnh tình của Ngài, bầu trời đối với con trở nên mờ mịt, và các giác quan của con không còn sáng suốt nữa. Tuy nhiên con còn một điều an ủi nhỏ này: Con nghĩ đức Thế Tôn sẽ không nhập Niết-bàn mà không để lại những lời di giáo đề cập đến đoàn thể Tăng già."

Khi ấy đức Phật đầy từ bi và nhân ái, đã khoan hòa nói với người thị giả tận tụy thân yêu: "A-nan, đoàn thể Tăng già còn chờ đợi gì nơi Ta nữa? Ta đã nói pháp (chân lý) không phân biệt cao thấp. Về phương diện chân lý, Như Lai không có gì như nắm tay khép chặt của một ông thầy (*àcariyamutthi*). Này A-nan, nếu người nào có ý nghĩ muốn lãnh đạo Tăng già, Tăng già phải tùy thuộc vào họ, thì dĩ nhiên họ sẽ đặt ra những chỉ dẫn. Nhưng Như Lai không có ý nghĩ ấy. Vậy thì sao Như Lai phải lưu lại những lời chỉ dẫn liên hệ đến tổ chức Tăng già? Nay Ta đã già, A-nan, đã 80 tuổi. Như một chiếc xe cũ cần phải sửa chữa mới chạy được, cũng thế, thân xác của Như Lai bây giờ cũng chỉ tiếp tục điều hành nhờ sửa chữa. Bởi thế, này A-nan, hãy tự

làm hòn đảo cho chính ngươi, hãy lấy chính ngươi làm nơi nương tựa, không nương tựa vào ai khác; hãy lấy Pháp làm hòn đảo, lấy Pháp làm nơi nương tựa, không ai khác có thể làm nơi nương tựa cho ngươi."[23]

Những gì đức Phật muốn truyền dạy A-nan thật quá rõ ràng. A-nan đang buồn sầu đau đớn. Ông nghĩ rằng mình sẽ hoàn toàn cô độc, không người giúp đỡ, không nơi nương tựa, không người hướng dẫn, sau khi đức Đạo sư vĩ đại qua đời. Bởi thế đức Phật ban cho ông những lời an ủi, khuyên ông can đảm, tin tưởng, dạy rằng nên nương vào chính đạo và nương vào "Pháp" Ngài đã truyền, chứ đừng nương vào ai khác, vào cái gì khác. Ở đây vấn đề về một Àtman siêu hình, hay ngã, là hoàn toàn không nhằm chỗ.

Sau đó, đức Phật giảng giải cho A-nan làm thế nào để có thể là hòn đảo hay chỗ trú ẩn cho chính mình: Ấy là nhờ sự đào luyện tâm chú ý quán sát thân, cảm thọ, tâm và các pháp (4 pháp quán, xem chương kế tiếp về Quán tưởng)[24]. Ở đây cũng thế,

không có một chữ nào liên hệ đến ngã hay linh hồn.

Một tài liệu khác cũng rất thường được trích dẫn bởi những người muốn tìm Ngã trong giáo lý Phật. Một hôm đức Phật ngồi dưới bóng cây trong một khu rừng trên đường đi từ Benarès (Ba-la-nại) đến Uruvelà. Vào ngày ấy, có 30 hoàng tử trẻ tuổi đang đi cắm trại cùng với những người vợ trẻ của họ trong cùng khu rừng ấy. Một ông hoàng chưa vợ mang theo một gái giang hồ. Trong khi những người khác đang vui đùa, thì cô ta trộm một vài đồ vật quý giá và trốn mất. Trong khi đi tìm cô ấy trong cánh rừng, trông thấy Phật đang ngồi dưới gốc cây họ hỏi Ngài có thấy một người đàn bà đi qua không. Ngài hỏi có chuyện gì, và sau khi nghe giải thích đức Phật hỏi họ: "Các ngươi nghĩ sao, hỏi những người trẻ tuổi? Điều gì tốt hơn cho các ngươi: Đi tìm một người đàn bà, hay đi tìm chính mình?"[25]

Đây cũng lại là một câu hỏi rất giản dị và tự nhiên, không có lý do gì để đưa vào đấy những ý tưởng xa xôi về Ngã hay Linh

hồn. Họ trả lời tốt hơn nên tìm kiếm chính mình. Phật liền bảo họ ngồi xuống và giảng pháp cho họ nghe. Theo bài pháp mà Phật đã giảng cho họ còn ghi lại trong kinh điển nguyên thủy, không có một chữ nào nói về ngã.

Người ta đã viết nhiều về đề tài "sự im lặng của Phật", khi một du sĩ tên Vacchagotta hỏi Ngài có ngã hay không. Câu chuyện như sau:

Vacchagotta đi đến đức Phật và thưa hỏi:

- Thưa Ngài Cồ Đàm, có ngã hay không?

Đức Phật lặng im.

- Thế thì thưa Ngài, không có ngã sao?

Đức Phật lại im lặng.

Vacchagotta đứng dậy bỏ đi.

Sau khi du sĩ (*parivràjaka*) rời khỏi, A-nan hỏi Phật vì sao Ngài đã không trả lời câu hỏi của Vacchagotta. Phật giải thích thái độ của Ngài như sau:

- Này A-nan, khi du sĩ ấy hỏi: "Có ngã hay không?", nếu trả lời: "Có" là ta đã đứng về phe các Sa-môn, Bà-la-môn chủ trương thuyết trường tồn (*sassatavàda*). Và này A-nan, khi du sĩ ấy hỏi: "Không có ngã hay sao?", nếu trả lời "Không" là ta đã đứng về phe các Sa-môn Bà-la-môn chủ trương thuyết đoạn diệt (*uccheda vàda*)[26].

Lại nữa, này A-nan, khi du sĩ ấy hỏi: "Có ngã không?", mà ta trả lời: "Có" thì như thế có phù hợp với sự thấy biết của ta rằng vạn pháp là vô ngã hay không?[27]

- Bạch Thế Tôn, hẳn là không.

- Lại nữa, này A-nan, khi du sĩ ấy hỏi: "Không có ngã hay sao?" mà ta trả lời: "Không", thì sẽ làm cho Vacchagotta đã hoang mang lại càng hoang mang thêm nữa[28]. Vì y sẽ nghĩ: "Trước kia quả thật ta có ngã, nhưng bây giờ ta không có nữa."[29]

Bây giờ hẳn là ta phải hiểu rõ vì sao Phật im lặng. Nhưng ta sẽ còn hiểu rõ hơn nếu xét toàn thể bối cảnh và cách Phật xử trí về những câu hỏi và người hỏi - điều mà

những người bàn đến vấn đề ấy hoàn toàn bỏ qua.

Phật không phải như một máy tính tuôn ra đáp số cho bất kỳ câu hỏi nào, do bất cứ ai đặt ra, không cần suy xét. Ngài là một bậc Đạo sư thực tiễn, đầy từ bi và trí tuệ. Ngài không trả lời câu hỏi để phô bày kiến thức và thông minh của mình, mà để giúp người hỏi trên đường đạt đến thực chứng. Khi nói với người nào Ngài luôn luôn quan tâm đến trình độ phát triển của họ, khuynh hướng của họ, cấu tạo tâm thức của họ, tính tình họ và khả năng họ để lĩnh hội vấn đề[30].

Theo Phật, có bốn cách đáp câu hỏi: 1. Có khi nên trả lời thẳng câu hỏi. 2. Có câu hỏi cần trả lời bằng cách phân tích. 3. Có khi nên trả lời bằng cách hỏi ngược lại. 4. Và cuối cùng, có những câu hỏi nên dẹp, không đáp[31].

Có thể có nhiều cách dẹp một vấn đề. Một cách là bảo vấn đề ấy không có giải đáp, đó là cách Phật đã có lần sử dụng với du sĩ Vacchagotta ấy, khi ông đặt những câu hỏi nổi tiếng về vũ trụ trường tồn hay

không v.v...[32] Cũng với cách ấy, Ngài đã trả lời cho Màlunkyaputta và những người khác. Nhưng Ngài không thể làm vậy về vấn đề có ngã hay không, vì Ngài đã luôn luôn thảo luận và giảng giải nó. Ngài không thể nói: "Có ngã" vì nó trái ngược với kiến giải của Ngài rằng tất cả các pháp vô ngã. Và Ngài cũng không muốn nói không có linh hồn, vì như thế là vô cớ làm cho anh chàng tội nghiệp Vacchagotta đã hoang mang càng hoang mang thêm, như chính anh ta đã công nhận[33]. Anh ta chưa đủ căn cơ để hiểu về vô ngã. Vì vậy trong trường hợp này, dẹp câu hỏi sang một bên bằng cách im lặng, là thái độ khôn ngoan nhất.

Ta cũng đừng quên rằng Phật đã biết rõ Vacchagotta từ lâu. Đây không phải dịp đầu tiên mà người du sĩ thắc mắc ấy đến thăm Phật. Đấng Đạo sư đầy trí tuệ và từ bi đã lưu tâm chú ý nhiều đến con người tìm kiếm hoang mang này. Có nhiều đoạn nói đến du sĩ Vacchagotta trong các bản kinh Pàli, ông đã từng tìm đến Phật và các môn đệ Ngài khá nhiều lần, lặp đi lặp lại nhiều lần cùng những câu hỏi ấy, rõ ràng ông rất

băn khoăn, hầu như bị vấn đề kia ám ảnh[34]. Sự im lặng của Phật có lẽ đã có hiệu quả đối với Vacchagotta hơn bất cứ một sự trả lời hay thảo luận hùng hồn nào[35].

Một vài người xem ngã có nghĩa là cái gì thường được gọi là "tâm" hay "thức". Nhưng Phật dạy rằng chẳng thà người ta nên xem thân xác vật lý của mình là "ngã" còn hơn xem tâm, ý hay thức (*citta, mano,vinnàna*) là ngã vì tâm, ý hay thức thì biến đổi không ngừng, ngày cũng như đêm, thay đổi còn mau chóng hơn cả thể xác (*kàya*)[36].

Chính cảm giác mơ hồ "có tôi" đã phát sinh ý tưởng về ngã, vốn không có cái gì tương đương trong thực tại, và thấy được chân lý ấy tức là thực chứng Niết-bàn, một điều không phải dễ dàng cho lắm. Trong kinh Tương ưng bộ *Samyuttanikàya*[37], có một cuộc đàm thoại khá làm sáng tỏ vấn đề về điểm này giữa thầy Tỳ-kheo tên Khemaka và một nhóm Tỳ-kheo. Những vị này hỏi Khemaka có thấy trong Ngũ uẩn một cái "ngã" nào hay bất cứ gì thuộc về "ngã" không. Khemaka trả lời "không".

Đoạn những Tỳ-kheo bảo nếu thế thì ông ta phải là một vị La hán đã thoát khỏi mọi ô nhiễm. Nhưng Khemaka thú thật rằng mặc dù ông không tìm thấy trong ngũ uẩn một cái ngã nào hay bất cứ gì thuộc về ngã, "tôi vẫn không phải là một La-hán (Arahant) đã thoát khi mọi ô nhiễm bất tịnh. Này chư hiền, đối với ngũ thủ uẩn, tôi có cảm giác rằng "có tôi", nhưng không thấy rõ "cái này là cái tôi". Rồi Khemaka giải thích rằng cái ông ta gọi là "tôi" không phải sắc, không phải thọ, không phải tưởng, không phải hành, cũng không phải thức, cũng không phải bất cứ gì ngoài chúng. Nhưng ông vẫn có một cảm giác "có tôi" đối với 5 thủ uẩn, mặc dù ông không thể thấy rõ "Đây là cái tôi."[38]

Khemaka nói cũng giống như mùi thơm của một bông hoa: Nó không phải là mùi thơm của các cánh hoa, không phải của màu hoa, không phải của đài hoa, nhưng là mùi thơm của hoa. Ông còn giải thích thêm rằng ngay cả một người đã đạt đến những giai đoạn đầu tiên của sự thực chứng vẫn còn có cảm giác "có tôi" ấy. Nhưng về sau, khi tiến

xa hơn, cảm giác ấy hoàn toàn biến mất, hệt như mùi hóa học của một chiếc áo mới giặt sẽ bay mất một thời gian sau khi ra khỏi chiếc hộp đựng nó.

Cuộc thảo luận này ích lợi và làm sáng tỏ vấn đề đối với họ đến nỗi sau đó, như bản kinh ghi lại, tất cả mọi người, kể cả Khemaka, đều chứng quả A-la-hán, giải thoát mọi ô nhiễm, và thế là cuối cùng họ đã đánh tan được cảm giác "có tôi ".

Theo giáo lý Phật, chấp rằng "tôi không có ngã" (tức là thuyết đoạn diệt) cũng sai lầm như chấp rằng "tôi có ngã" (thuyết trường tồn), bởi vì cả hai quan niệm đều trói buộc, đều phát sinh từ ý tưởng sai lầm "có tôi". Thái độ đúng đối với vấn đề vô ngã là không nắm giữ một quan điểm hay "kiến" nào, mà cố nhìn sự vật một cách khách quan, nhìn chúng như sự thật, không có những dự phóng của tâm thức. Phải thấy rằng cái mà ta gọi là "tôi" hay "ngã" chỉ là một kết hợp của các uẩn vật lý và tâm linh, hoạt động tương quan mật thiết lẫn nhau trong một dòng biến chuyển từng sát na, chịu chi phối của luật nhân quả, và trong

toàn thể hiện hữu, không có gì là trường cửu, vĩnh viễn bất biến.

Ở đây một câu hỏi tự nhiên đặt ra: "Nếu không có ngã, thì ai chịu những hậu quả của nghiệp (hành động)?" Không ai có thể giải đáp câu hỏi này hơn Phật. Khi một Tỳ-kheo hỏi Ngài câu đó, Phật dạy: "Hỏi các Tỳ-kheo, ta đã dạy các ông thấy rõ tính duyên khởi trong mọi sự vật."[39]

Giáo lý Phật về vô ngã không nên được xem như tiêu cực hay hủy diệt. Cũng như Niết-bàn, đấy là Chân lý, Thực tại, và Thực tại thì không bao giờ là tiêu cực. Chính niềm tin sai lầm vào một cái ngã tưởng tượng không có thực mới là tiêu cực. Giáo lý vô ngã xua tan bóng tối của tà tín và phát sinh ánh sáng trí tuệ. Nó không tiêu cực, như Vô Trước *(Asanga)* đã nói rất đúng: "Có một thực tại là Vô ngã" (nairàtmyàstità)[40].

CHÚ THÍCH

[1] *Mhvg. (Alutgama, 1922), p.4 ff.; MI (PTS), p.167 ff.*

[2] *Sẽ được giải thích sau này.*

[3] *M III (PTS), p.63, S II (PTS), pp. 28, 95 etc. Theo hình thức ngày nay: khi A có, thì B có; khi A sinh, thì B sinh; khi A không có, thì B không có; khi A diệt, thì B diệt.*

[4] *Vism (PTS), p.517*

[5] *Xem chương III.*

[6] *Vì giới hạn sách không cho phép bàn đến lý thuyết quan trọng nhất này trong Phật giáo. Một khảo luận phê phán và tỉ giáo chi tiết đề tài ấy sẽ được tìm thấy trong một tác phẩm sắp xuất bản về Triết học Phật giáo do cùng một biên giả.*

[7] *Sàratha II (PTS), p.77.*

[8] *Mh. Sùtràlankàra, XVIII 92.*

[9] *H. Von Glasenapp, "Vedanta và Buddhism" vấn đề vô ngã trong "The Middle Way", Feb. 1957, p.154.*

[10] *Xem các sách của bà Rhys Davids: Gotama the Man, Sàkya on Buddhist Origins, A Manual of Buddhism, What was the Original Buddhism, v.v..*

[11] *M I (PTS), pp.136-137*

[12] *Được trích trong MA II (PTS), p.112.*

[13] *Chữ Dhammà, Pháp, ở đây được F.L. Woodward trong tác phẩm "The Buddha Path of Virtue" dịch là all states compounded- tất cả những gì được kết hợp- là hoàn toàn sai, từ ngữ này ám chỉ hành.*

[14] *Samkhàra trong năm uẩn có nghĩa "hành" hay "những hoạt động tâm lý" phát sinh nghiệp quả. Nhưng ở đây có nó nghĩa mọi sự vật bị giới hạn hay bị kết hợp, gồm cả năm uẩn. Danh từ Samkhàra có nghĩa khác nhau tùy trường hợp.*

[15] *Cf. Sabbe Samkhàra aniccà "mọi sự vật giới hạn là vô thường" Sabbe dhammà anattà "mọi pháp đều là vô ngã" M I (PTS), p.228; S II, pp., 132-133.*

[16] *MI (PTS), p.137.*

[17] *Ibid, p.138. Nói đến đoạn này, S. Radhakrishnan (Indian Philosophy, Vol. I, London, 1940, p.485) viết "chính quan niệm sai lầm về sự tương tục vĩnh viễn của tiểu ngã mới bị đức Phật bác bỏ". Ta không thể đồng ý với nhận xét này. Trái lại ở đây đức Phật bài bác cả Đại ngã hay linh hồn. Như ta đã thấy vừa rồi, trong một đoạn trước, đức Phật không chấp nhận một cái ngã nào, dù lớn hay nhỏ. Theo quan niệm của Ngài, mọi lý thuyết về Àtman đều là sai lầm, là bóng dáng của tâm thức.*

[18] *Trong bài "Vedanta and Buddhism" (The Middle Way, February, 1957), H. Von Glasenapp nói điểm này rất rõ.*

[19] *Và Anàtha là không nơi nương tựa, Lokanàtha là chỗ nương của thế gian, chứ không phải là chúa tể thế gian.*

[20] *D II (Colombo, 1929), p.62.*

[21] *Rhys Davids (Dìgha-nikàya bản dịch II, p.108) dịch: "Be ye lamps unto yourselves. Be ye a refuge to yourselves. Betake yourselves to no external refuge! Hãy là ngọn đèn cho chính ngươi, chỗ nương cho chính ngươi, chớ nương tựa vào ai khác.*

[22] *Dìpa đây không có nghĩa là đèn, mà nhất định có nghĩa "đảo". Dìgha-nikàyà (TrườngBộ kinh sớ giải) (DA Colombo ed., p380) bàn về chữ Dìpa ở đây nói: "Mahàsamudd-agatam dìpam viya attànam dìpam patittam katvà viharatha". "Hãy làm một hòn đảo cho chính người, một nơi nương cậy (nghỉ ngơi) như một hòn đảo giữa bể khơi".*

Samsàra, sinh tử, thường được ví như một đại dương, Samsàrasàgara, và cái gì cần thiết để được an ổn giữa đại dương là một hòn đảo, đất liền chứ không phải một ngọn đèn.

[23] *D II (Colombo, 1929), pp. 61-62 chỉ có câu cuối được dịch nguyên văn. Phần còn lại của câu chuyện được kể vắn tắt theo kinh Đại Bát Niết-bàn.*

[24] *Ibid p.62. Về Satipatthàna xem chương VIII về thuyền định.*

[25] *Mhvg (Alutgama, 1929), pp. 21-22.*

[26] *Vào một dịp khác, Phật đã bảo chính Vacchagotta này rằng đức Như Lai không có lý thuyết nào hết, bởi vì Ngài đã thấy rõ bản chất của sự vật [M I (PTS), p. 486]. Ở đây cũng thế, Ngài không muốn liên kết với bất cứ lý thuyết gia nào.*

[27] *Sabbe dhammà anattà. Chư pháp vô ngã. Đúng y dòng đầu kinh Pháp cú, XX, 7, đã dẫn ở trên. Woodward đã hoàn toàn sai khi dịch những chữ này là "mọi sự đều vô thường" (Kindred Saying V, p.282) có lẽ vì sơ ý. Những lỗi này rất hệ trọng. Có lẽ đây là một trong những lý do vì sao người ta đã có quá nhiều cuộc luận đàm vô ích về cái im lặng của đức Phật. Chữ quan trọng nhất trong câu này, chữ anatta "vô ngã", đã được dịch là "vô thường". Những bản dịch kinh Pàlira Anh ngữ thường có những lỗi lầm lớn nhỏ thuộc loại này, khi thì vì sơ ý và bất cẩn, khi thì vì thiếu chuyên môn trong ngôn ngữ của nguyên bản. Dù sao, thiết tưởng cũng không vô ích khi nhắc lại ở đây- mà vẫn không quên ơn những bậc tiền phong trong địa hạt này- rằng, chính những lỗi lầm ấy đã gây ra nhiều tư tưởng sai lầm về Phật giáo trong những người không đọc được nguyên bản. Bởi thế ta cũng lấy làm mừng khi biết*

rằng cô I. B. Horner, thư ký của hội Pàli Text, đã dự định xuất bản lại những bản dịch mới có sửa chữa.

[28] *Xem chú thích 33 cùng chương.*

[29] *S IV (PTS), pp. 400- 401*

[30] *Trí này của Phật được gọi là Indriyaparopariyattanàna, biết căn tánh chúng sinh. M I (PTS), p.70, Vibh (PTS), p.340.*

[31] *A (Colombo, 1929) p.216.*

[32] *Ví dụ: S IV (PTS), pp. 393-395, M I (PTS), p.484.*

[33] *Xem chú thích số 26. Quả vậy, vào một dịp khác trước đấy, khi Phật giải thích vấn đề sâu xa vi tế -Vấn đề vị La hán chết rồi sẽ ra sao- Vacchagotta nói: "Thưa Cồ Đàm, ở đây tôi bị rơi vào ngu tối, tôi hoang mang. Những gì ít ỏi mà tôi tin tưởng lúc bắt đầu câu chuyện với Ngài, những gì đó bây giờ cũng đã tan biến mất." (M I (PTS) p.489). Vì vậy mà Phật không muốn làm cho anh ta hoang mang thêm.*

[34] *Ví dụ: xem S III (PTS), pp. 257-263, IV, pp:391 f., 395 f., 398f., 400; MI, pp. 481 f., 483 f., 489 f., A V p. 193.*

[35] *Bởi vì ta thấy rằng sau đó, Vacchagotta lại đến thăm Phật, nhưng lần này anh chàng không hỏi gì như thường lệ, mà lại nói: "Đã lâu nay tôi mới lại đến thăm Ngài. Tôi mong Ngài Cồ Đàm sẽ giảng cho tôi vắn tắt về Thiện và Ác". Phật dạy rằng Ngài sẽ giảng cho ông về Thiện và Ác, vắn tắt cũng như chi tiết, và Ngài đã làm thế. Cuối cùng Vacchagotta trở thành một đệ tử của Phật, và theo giáo lý Ngài, ông đắc quả A-la-hán, thực chứng Chân lý, Niết-bàn, và khi ấy những vấn đề ngã và các vấn đề khác không còn ám ảnh ông. M I (PTS), pp. 489-ff.*

[36] *S II (PTS), p.94. Vài người cho rằng "Như Lai Tạng" hay "Tạng thức" trong Đại thừa giáo là một cái gì tương tự "ngã". Nhưng kinh Lăng già nói hẳn rằng đấy không phải là Ngã (Lanka, p.78-79).*

[37] *S III (PTS) pp. 126 ff.*

[38] *Điều này cũng chính là điều mà ngày nay phần nhiều người ta thường nghĩ về ngã.*

[39] *M III (PTS) p. 19; S III, p. 103.*

[40] *Abhisamuc, p.31.*

*

* *

Chương bảy

QUÁN TƯỞNG
Sự đào luyện tâm ý: Bhàvanà

Đức Phật dạy: "Hỡi các Tỳ-kheo, có hai thứ bệnh. Hai bệnh ấy là gì? Bệnh thể xác và bệnh tinh thần. Có những người hưởng sự vô bệnh về thể xác trong một năm, hai năm... cả đến 100 năm hay hơn nữa. Nhưng, này các Tỳ-kheo, hiếm thay trong thế gian này là những người hưởng được sự vô bệnh về tinh thần, ngay cả trong chốc lát, trừ phi những người đã thoát khỏi những tâm xấu xa ô nhiễm" (có nghĩa là những vị A-la-hán)[1].

Giáo lý Phật, đặc biệt phương pháp thiền quán nhằm mục đích phát sinh một trạng thái sức khỏe tinh thần hoàn hảo, quân bình và an tịnh. Điều bất hạnh là không một ngành nào trong giáo lý Phật bị hiểu lầm nhiều như thiền, bởi chính những Phật tử cũng như người ngoài. Mỗi khi nói đến "thiền" người ta nghĩ ngay đến sự thoát ly những sinh hoạt thường ngày, ngồi yên

như pho tượng trong hang hay trong một tu viện, ở một nơi xa xăm tách biệt hẳn với xã hội, để mình chìm đắm trong một thứ trầm tư xuất thần huyền bí. Thiền chân chính của đạo Phật tuyệt nhiên không phải là kiểu trốn đời như thế. Người ta đã hiểu sai lạc hay quá ít hiểu biết về vấn đề này trong giáo lý Phật, đến nỗi về sau này, thiền đạo đã bị suy đồi thành một thứ nghi thức hay lễ tục thông thường, hầu như kỹ thuật[2].

Phần đông người ta chú trọng đến thiền định hay "yoga" để luyện một vài năng lực tâm linh thần bí như "con mắt thứ ba" mà người khác không có. Một vài năm trước, có một nữ tu sĩ Phật giáo ở Ấn độ cố phát triển một khả năng nhìn thấy bằng lỗ tai, trong khi bà vẫn còn thấy được hoàn toàn với hai con mắt! Những ý nghĩ như vậy chỉ là một tâm bệnh quái đản. Luôn luôn đấy vẫn là vấn đề dục vọng: khao khát có được năng lực, quyền phép, dù trong lãnh vực chính trị, quân sự, kinh tế hay tu hành..

Thiền định là một danh từ kém cỏi để dịch nguyên ngữ *Bhàvanà,* có nghĩa sự đào luyện tâm linh. *Bhàvanà* trong Phật giáo

nói đúng ra, là một sự đào luyện tâm linh trong ý nghĩa toàn vẹn nhất của danh từ. Nó nhằm mục đích tẩy sạch tâm tưởng hết những ô nhiễm, những thứ làm tâm giao động như ý tưởng về dâm dục, sân hận, ác độc, biếng nhác, phiền não, bất an, hoài nghi; và đào luyện những đức tính như tập trung, chú ý, thông minh, ý chí, nghị lực, khả năng phân tích, niềm tin, hoan hỉ, an tịnh, để cuối cùng đưa đến trí tuệ cao cả thấy rõ thực chất của mọi sự vật, và thực chứng chân lý tối hậu, Niết-bàn.

Có hai hình thức thiền định. Một là phát triển sự tập trung tâm ý (*Định, samatha hay samàdhi*), sự nhất tâm *(cittekaggatà, skt. cittaikàgratà)*, bằng nhiều phương pháp được đề cập trong các kinh, đưa đến những cảnh giới huyền vi như "không vô biên xứ" hay "phi tưởng phi phi tưởng xứ" (không có tri giác cũng không không tri giác). Tất cả những trạng thái huyền bí này, theo Phật đều do tâm tạo, là sản phẩm của tâm, do tâm định đoạt (*hay hữu vi, samkhata)*[3]. Chúng không dính dấp gì đến thực tại, chân lý, Niết-bàn. Hình thức thiền định này đã có từ trước thời

Phật. Vì vậy nó không thuần túy là của Phật giáo, nhưng cũng không bị loại ra ngoài lãnh vực thiền định Phật giáo. Tuy nhiên nó không thiết yếu cho sự thực chứng Niết-bàn. Trước khi giác ngộ Phật cũng đã luyện tập các phương pháp du già (*yoga*) này với nhiều vị thầy, và Ngài đã đạt đến những trạng thái tâm linh huyền bí cao siêu nhất, nhưng Ngài vẫn không thỏa mãn với chúng, vì chúng không đem lại giải thoát hoàn toàn, không đem lại kiến giải về thực tại tối hậu. Ngài xem những trạng thái huyền bí ấy chỉ là sự sống hạnh phúc trong hiện tại, gọi là *hiện tại lạc trú (ditthadhammasukhavihàra)* hay tịch tịnh trú (*santavihàra*), nhưng ngoài ra không đem lại gì hơn[4].

Bởi thế Ngài đã tìm ra hình thức khác của thiền định gọi là *vipassanà*, thiền quán hay minh sát bản chất của sự vật, đưa đến sự giải thoát hoàn toàn của tâm, đến sự thực chứng Chân lý tối hậu, Niết-bàn. Đấy là thiền chính yếu, phương pháp tu tâm theo Phật giáo. Đấy là một phương pháp phân tích căn cứ trên sự chú ý, ý thức sáng suốt, tỉnh giác, quan sát.

Một vấn đề rộng lớn quan trọng như thế không thể nào nói đủ trong chỉ vài trang giấy, nhưng ở đây sẽ cố trình bày sơ lược những gì là thiền Phật giáo đích thực mà từ đó độc giả có thể rút ra những lợi ích thực tiễn.

Bài thuyết pháp quan trọng nhất của Phật về thiền hay tu tâm là kinh Niệm xứ *(Satipatthànasutta, kinh Trường bộ Digha-nikàya 12 hay Trung bộ Majjhima-nikàna 10.)*

Bài kinh này rất được sùng mộ trong truyền thống Phật giáo đến nỗi nó thường được tụng không những trong các tu viện Phật giáo mà cả đến trong nhà tín đồ, những người trong gia đình ngồi quanh lắng nghe một cách thuần thành. Những thầy tu thường tụng kinh này bên giường người sắp chết để thanh lọc những ý tưởng cuối cùng của họ[5].

Những cách thức "thiền định" trong bài kinh ấy không tách rời khi sinh hoạt hàng ngày, không tránh đời. Trái lại tất cả sự tu tập ấy đều liên quan đến đời sống chúng ta, đến những hoạt động chúng ta hàng ngày,

đến những vui buồn của chúng ta, đến lời nói và ý nghĩ chúng ta, đến những công việc chúng ta thuộc lĩnh vực đạo đức hay tri thức.

Bài thuyết pháp ấy được chia làm 4 phần chính. Phần đầu nói đến thân thể chúng ta (*kàya, thân*); phần thứ hai nói đến những cảm giác và cảm tưởng của ta (*vedanà, thọ*); phần thứ ba nói về tâm ta (*citta*);và phần thứ tư nói về những chủ đề đạo đức và tri thức *(dhamma, pháp).*

Ta cần nhớ rõ một điều là, dù thiền định dưới hình thức nào, điều cốt yếu là sự chú ý, tỉnh thức hoàn toàn hay niệm *(sati)*, sự chú ý quan sát *(anupassanà, tùy quán).*

Một trong những điển hình thiền thông dụng, thực tiễn và quen thuộc nhất liên hệ đến thân thể là "niệm hơi thở vô ra" (*ànàpànasati*). Chỉ riêng pháp thiền này mới cần một thế ngồi đặc biệt như kinh đã chỉ dẫn. Với các hình thức thiền khác được bàn trong kinh ấy, bạn có thể ngồi đứng, đi hay nằm tùy ý. Nhưng với thiền "niệm hơi thở vô ra" thì kinh dạy ta nên ngồi "kiết già, lưng thẳng, ý thức sáng suốt." Nhưng

ngồi kiết già không thích hợp và dễ dàng cho mọi người mọi xứ, nhất là cho những người Âu. Bởi thế những người không ngồi kiết già hay bán già được có thể ngồi trên một chiếc ghế, "giữ lưng thẳng và ý thức sáng suốt". Điều tối cần thiết để luyện tập là hành giả phải ngồi thật thẳng, nhưng không cứng đơ, bàn tay để thoải mái trên đùi. Xong có thể nhắm mắt hay nhìn chót mũi mình.

Bạn hít vào thở ra suốt ngày đêm, nhưng không bao giờ để ý điều đó, không giây phút nào bạn tập trung tâm mình vào hơi thở. Bây giờ, bạn sẽ làm chỉ một việc ấy. Cứ hít vào thở ra như thường lệ, không một gắng sức hay gượng ép nào. Rồi bạn đem tâm trí tập trung vào hơi hít vô, thở ra của bạn, để cho tâm quan sát hơi thở vô, hơi thở ra. Hơi thở ấy có thể khi dài, khi ngắn, điều ấy không sao cả. Cứ thở bình thường, tự nhiện. Điều quan trọng duy nhất là khi bạn thở hơi sâu dài, bạn phải biết rõ đấy là hơi thở sâu dài, khi hơi thở ngắn, bạn rõ biết nó ngắn. Nói cách khác, tâm trí bạn phải hoàn toàn tập trung vào hơi thở đến nỗi bạn biết rõ những vận hành và

nhịp điệu biến đổi của nó. Hãy quên hết mọi việc khác, quên những gì xung quanh bạn. Đừng đưa mắt lên, đừng nhìn bất cứ cái gì. Hãy cố làm như vậy trong chừng năm hoặc mười phút.

Lúc đầu bạn thấy vô cùng khó khăn để tập trung tâm vào hơi thở. Bạn sẽ ngạc nhiên thấy tâm chạy lăng xăng. Nó không ở yên một chỗ. Bạn khởi sự nghĩ nhiều chuyện khác nhau. Bạn nghe những âm thanh bên ngoài. Tâm bạn bị dao động, lo ra. Bạn có thể nản chí, thất vọng về điều ấy. Nhưng nếu bạn tiếp tục luyện tập như thế mỗi ngày hai bận, sáng và chiều, mỗi lần chừng năm, mười phút, bạn sẽ dần dần bắt đầu tập trung được tâm vào hơi thở. Sau một thời gian, bạn sẽ kinh nghiệm một giây phút ngắn ngủi trong đó tâm bạn hoàn toàn tập trung vào hơi thở, không còn nghe cả đến những âm thanh gần, giây phút mà ngoại giới không có nữa đối với bạn. Cái giây phút mong manh này thật là một kinh nghiệm lớn lao đối với bạn, đầy hạnh phúc hoan lạc và bình an, khiến bạn muốn kéo dài nó. Nhưng bạn chưa thể làm được. Tuy thế, nếu tiếp tục luyện tập đều đặn, bạn có

thể có lại kinh nghiệm ấy nhiều lần trong những thời khoản càng ngày càng dài hơn. Đấy là lúc bạn hoàn toàn quên mình, chỉ chú ý hơi thở. Khi còn có ý thức về chính mình, thì bạn không bao giờ có thể tập trung vào một cái gì.

Lối tập chú ý hơi thở này, một lối giản dị và dễ nhất, là cốt để phát triển lực tập trung dẫn đến những trạng thái thiền cao siêu. Ngoài ra, năng lực tập trung còn là điều cốt yếu để đạt đến bất cứ sự hiểu biết sâu xa nào, sự thâm nhập, tri kiến về bản chất của vạn hữu, kể cả sự thực chứng Niết-bàn.

Ngoài ra, sự luyện tập này về hơi thở đem lại cho bạn những kết quả tức thì. Nó lợi ích cho sức khỏe của bạn, giúp bạn thoải mái, ngủ ngon, và có hiệu năng trong công việc hằng ngày. Nó làm cho bạn bình an thanh thản. Ngay cả những lúc nóng nảy xúc động, nếu thực hành pháp quán này vài phút, bạn sẽ thấy mình trở lại bình tĩnh, lắng dịu ngay. Bạn cảm thấy như vừa được nghỉ ngơi đầy đủ.

Một hình thức thiền hay tu tâm khác nữa là có ý thức, để ý đến bất cứ gì bạn làm hay nói trong đời sống hàng ngày, khi ở một mình, giữa công chúng hay khi hành nghề nghiệp. Dù khi đứng đi ngồi nằm hoặc ngủ, hoặc co giãn chân tay, hoặc nhìn quanh, hoặc mặc quần áo, hoặc nói năng hoặc im lặng hoặc ăn hoặc uống, hoặc ngay cả khi bạn đáp tiếng gọi của thiên nhiên - trong tất cả những động tác này và những động tác khác, bạn đều phải hoàn toàn ý thức và tỉnh táo về hành vi mà bạn đang làm mỗi lúc. Thế nghĩa là, bạn phải sống trong phút hiện tại, trong hành động hiện tại. Điều này không có nghĩa bạn không nên nghĩ chút nào về quá khứ hay vị lai. Trái lại, bạn nghĩ về chúng trong sự tương quan với hiện tại, hành động hiện tại, tùy lúc và tùy trường hợp.

Người ta không thường sống trong hành động của họ, trong hiện tại. Họ sống trong quá khứ hoặc trong vị lai. Mặc dù họ dường như đang làm một việc gì ở đây và bây giờ, nhưng kỳ thực họ sống ở một nơi nào khác trong tâm tưởng họ, trong những âu lo và những vấn đề tưởng tượng của họ.

Họ thường nhớ về quá khứ hay nuôi những khao khát và suy tưởng về tương lai. Bởi vậy họ không sống trong những gì họ đang làm, và cũng không thưởng thức được những gì họ đang làm trong mỗi lúc. Do đó họ bất mãn và bất hạnh với hiện tại, với công việc đang làm, và dĩ nhiên họ không thể nào làm "hết mình" những gì họ có vẻ đang làm.

Đôi khi bạn thấy một người trong quán ăn vừa ăn vừa đọc - một cảnh rất thường. Họ cho bạn cái cảm tưởng rằng họ là một người rất bận bịu, không có thì giờ để mà ăn nữa. Bạn tự hỏi họ đang ăn hay đang đọc. Người ta có thể nói họ làm cả hai chuyện. Nhưng thật ra họ không làm được việc nào, họ không thưởng thức được việc nào. Họ bị căng thẳng, rối ren trong tâm trí, không thưởng thức được những gì họ đang làm, mà vô tình một cách điên rồ họ đang cố thoát khỏi sự sống. (Tuy nhiên, điều này không có nghĩa rằng người ta không nên nói chuyện với bạn trong lúc ăn trưa hay ăn tối).

Dù cố gắng cách mấy, bạn cũng không thể nào thoát khỏi cuộc đời. Bao lâu bạn còn sống, dù trong thành thị hay trong

hang động, bạn vẫn còn phải đối đầu với cuộc đời và sống nó. Sự sống chân thật là lúc hiện tại - không phải ký ức về quá khứ, vì quá khứ đã chết, đã trôi qua, cũng không phải những mơ mộng về tương lai, vì tướng lai chưa đến. Một con người sống trong hiện tại là sống đời sống chân thực, và là người hạnh phúc nhất.

Khi có người hỏi Phật, vì sao những đồ đệ của Ngài sống một cuộc đời đơn sơ lặng lẽ, chỉ ăn ngày một bữa mà lại hoan hỉ như thế. Đức Phật trả lời: "Họ không ân hận vì quá khứ, họ cũng không trầm tư về tương lai. Họ sống trong hiện tại. Bởi thế họ hoan hỉ. Vì trầm tư tương lai và ân hận quá khứ, những người ngu khô héo như cây xanh bị chặt để dưới nắng."[6]

Sự chú ý hay tỉnh thức không có nghĩa rằng bạn phải nghĩ và ý thức rằng "tôi đang làm cái này" hay "tôi đang làm cái kia". Không. Hoàn toàn trái lại. Lúc mà bạn nghĩ "tôi đang làm cái này", bạn đâm ra tự ý thức về mình, và khi đó bạn không sống trong hành động ấy, mà bạn sống trong ý nghĩ về "tôi" và kết quả là việc làm của bạn cũng hỏng nốt. Bạn phải hoàn toàn quên

bạn đi, đắm mình trong những gì bạn đang làm. Lúc mà một thuyết trình viên tự ý thức và nghĩ "tôi đang nói với khán giả" thì lời lẽ của anh ta sẽ bị bối rối và dòng tư tưởng bị gián đoạn. Nhưng khi anh ta quên mình đi trong lúc nói, đặt hết mình vào đề tài, thì lúc ấy anh ta nói hay nhất, diễn đạt trôi chảy và giải thích mọi sự một cách rõ ràng. Mọi tác phẩm vĩ đại - về nghệ thuật, thi ca, tri thức hay tâm linh - đều được thành hình vào những lúc mà những người sáng tác hoàn toàn quên mình trong hành động, say sưa với nó, và không còn ý thức về mình.

Sự chú ý hay tỉnh thức đối với những hoạt động của mình chính là sống trong hiện tại, sống trong hành động hiện tại. (Đây cũng là cách của Zen, có căn bản chính yếu trên giáo lý này). Ở đây, trong hình thức "quán" này, bạn không cần phải làm một hành động nào đặc biệt để phát triển sự chú ý, mà bạn chỉ phải để ý và tỉnh giác (có ý thức) về bất cứ gì bạn làm. Bạn không cần phải phí phạm một giây phút nào của thời gian quý báu để thực hành pháp "quán" đặc biệt này: bạn chỉ cần luôn luôn đào

luyện sự chú ý và tỉnh thức, ngày và đêm, đối với tất cả mọi hoạt động của bạn trong đời sống thường nhật. Hai hình thức "quán" trên đây thuộc về quán thân.

Kế đến có một cách thiền hay tu tâm đối với mọi cảm giác và cảm tưởng của ta, dù vui, khổ hay không vui không khổ. Ta hãy lấy một ví dụ: Bạn kinh nghiệm một cảm giác đau buồn, bất hạnh. Trong tình trạng ấy tâm trí bạn bị suy sụp, mờ mịt, u ám, không quang đãng. Đôi khi bạn lại còn không thấy được tại sao mình có cảm giác bất hạnh đó. Trước tiên, bạn phải tập đừng buồn về những cảm giác bất hạnh của mình. Nhưng hãy cố tìm hiểu rõ vì sao mình lại có một cảm giác hay cảm tưởng bất hạnh, lo âu, hay buồn sầu. Cố xem xét nó phát khởi ra sao, nguyên nhân của nó, và nó tan biến như thế nào, sự chấm dứt của nó. Cố xem xét nó, làm như bạn đang quan sát nó từ bên ngoài, không có một phản ứng chủ quan nào cả, như một nhà khoa học quan sát một đối tượng. Ở đây cũng thế, bạn không nên nhìn nó như là "cảm giác của tôi" hay "cảm tưởng của tôi" một cách chủ quan mà chỉ nhìn nó như "một cảm giác" hay "một cảm

tưởng" theo cách khách quan. Bạn lại cũng cần quên đi ý tưởng sai lầm về "tôi". Khi bạn thấy bản chất của nó, nó sinh và diệt ra sao, tâm thức bạn dần trở nên dửng dưng đối với cảm giác ấy, và hoàn toàn hết ràng buộc, bạn được giải thoát, tự do. Đối với mọi cảm giác hay cảm tưởng khác cũng thế.

Bây giờ ta hãy bàn đến hình thức thiền quán về tâm. Bạn cần phải hoàn toàn ý thức tâm mình đang mê hay tỉnh; nó đầy hận thù, ác độc, ghen ghét, hay đầy tình yêu, từ bi; nó đang có ảo tưởng hay thấy biết chân xác rõ ràng v.v... Ta phải công nhận rằng rất thường khi ta sợ hãi hay hổ thẹn, không dám nhìn thẳng vào tâm mình. Bởi thế ta ưa lẩn tránh nó. Nhưng ta nên can đảm, thành thật nhìn vào tâm mình như nhìn mặt mình trong gương[7].

Ở đây không có thái độ chỉ trích hay phê phán, hoặc phân biệt phải trái, tốt xấu. Chỉ có sự quan sát, ngắm nhìn, xem xét. Bạn không phải là một quan tòa, mà là một nhà khoa học. Khi quan sát tâm bạn, và thấy rõ bản chất đích thực của nó, bạn trở nên dửng dưng với những cảm xúc, tình cảm và trạng huống của tâm. Nhờ thế bạn

không còn bị dính mắc ràng buộc, và được tự do để thấy mọi sự đúng như thật.

Ta hãy lấy một ví dụ. Giả sử bạn tức giận thật sự, sôi sục vì giận dữ, ác độc, thù hằn. Điều thật lạ lùng mâu thuẫn là người đang tức giận thường không tự biết, không để ý rằng mình đang tức giận. Lúc người ấy chú ý, có ý thức về tâm trạng của mình, thấy được sự tức giận của mình, thì sự giận dữ đó dường như đâm ra mắc cỡ, bẽn lẽn, và bắt đầu nguôi bớt. Bạn phải xem xét bản chất của nó, nó sinh làm sao, diệt thế nào. Ở đây lại cũng cần nhớ rằng bạn không nên nghĩ "tôi đang tức giận" hay nghĩ về sự giận dữ "của tôi". Bạn chỉ cần ý thức và chú ý trạng thái của một tâm hồn giận dữ. Bạn chỉ quan sát và xem xét một cách khách quan cái tâm đang giận dữ. Đây phải là thái độ đối với tất cả mọi tình cảm, cảm xúc và trạng thái tâm.

Kế tiếp còn một hình thức thiền quán về những đề mục luân lý, tâm linh và trí thức. Tất cả mọi sự nghiên cứu, đọc sách, thảo luận, đàm thoại và bàn cãi về những đề mục như thế đều được bao gồm trong pháp thiền quán này. Đọc quyển sách này,

và suy nghĩ sâu xa về những đề tài trong đó là một hình thức thiền quán. Chúng ta đã thấy trước đây[8] rằng cuộc đàm thoại giữa Khemaka và nhóm Tăng lữ là một hình thức thiền quán đã đưa đến sự thực chứng Niết-bàn.

Bởi thế, theo hình thức thiền quán này, bạn có thể nghiên cứu, suy nghĩ, và thảo luận về "ngũ cái" (*5 sự ngăn che, nìvarana*)
gồm có :

1. Tham dục *(kàmacchanda)*.
2. Sân hận *(vyàpàda)*.
3. Hôn trầm *(thìnamiddha)*.
4. Trạo hối *(uddacakukucca)*.
5. Hoài nghi *(vicikicchà)*.

Năm pháp này được xem như chướng ngại cho bất cứ hiểu biết nào, và do đó, bất cứ sự tiến bộ nào. Khi bị chúng làm chủ, khi không biết trừ khử chúng, thì con người không còn có thể hiểu được chính tà, tốt xấu.

Người ta cũng có thể quán về Bảy giác chi *(Bojjhanga)* là bảy yếu tố của giác ngộ:

1. Niệm *(sati)*: Có ý thức và tỉnh giác về tất cả các hoạt động và động tác vật lý cũng như tâm lý, như đã bàn ở trên.

2. Trạch pháp (*dhammavicaya*): Tìm tòi nghiên cứu những vấn đề khác nhau của lý thuyết. Ở đây bao gồm tất cả mọi nghiên cứu về tôn giáo, luân lý và triết học, đọc sách, sưu tầm, bàn luận, đàm thoại, ngay cả dự những buổi diễn giảng về những vấn đề của lý thuyết ấy.

3. Tinh tấn (*viriya*), làm việc một cách đầy nghị lực cho đến cùng.

4. Hỉ (*pìti*), đức tính hoàn toàn trái ngược với thái độ tâm lý hoài nghi, bi đát hay thảm đạm.

5. Khinh an (*passadhi*), sự thoải mái của cả thể xác lẫn tinh thần. Người ta không nên có thể xác hay tâm thần căng thẳng.

6. Định (*samàdhi*), như đã bàn ở trên.

7. Xả (*upekkhà*), nghĩa là có thể đối diện cuộc sống trong mọi thăng trầm của nó, với một tâm hồn an tĩnh thanh bình, không rối loạn.

Muốn đào luyện những đức tính ấy điều cốt nhất là phải có một lòng mong mỏi thực sự, ý chí, hay khuynh hướng. Nhiều điều kiện vật chất và tâm linh giúp cho sự phát triển mỗi đức tính ấy được tả rõ trong các kinh nguyên thủy.

Người ta cũng có thể thiền quán về những đề mục như Ngũ uẩn, nghiên cứu câu hỏi "con người là gì?" hay "cái được gọi là tôi là cái gì?" hay về tứ Diệu đế, như đã bàn trên. Sự học hỏi và sưu tầm về những đề mục ấy bao gồm trong mục *quán pháp*, hình thức thứ tư của tu tâm hay thiền định, đưa đến sự thực chứng chân lý tối hậu.

Ngoài những đề mục đã bàn, còn có nhiều đề mục thiền quán khác, theo truyền thống có 40, trong đó đặc biệt ta phải kể đến Bốn Phạm trú *(brahmavihàra):*

1. Từ *(mettà)*, trải ra một tình yêu vô biên, phổ quát và thiện cảm đối với tất cả mọi chúng sinh không chút phân chia "như một người mẹ thương yêu đứa con duy nhất."

2. Bi *(karunà)*, lòng trắc ẩn đối với mọi chúng sinh khổ đau phiền não và gặp hoạn nạn.

3. Hỉ *(mudità)*, niềm vui đầy thiện cảm đối với sự thành công của kẻ khác, đối với may mắn và hạnh phúc của họ, và

4. Xả *(upekkhà)*, sự bình thản trước mọi thăng trầm của cuộc sống.

PHỤ CHÚ

Muốn hiểu rõ hơn về các pháp môn thiền quán, đặc biệt là pháp Tứ Niệm Xứ, xin tìm đọc thêm các quyển sách:

- Đại Niệm Xứ (T.S U Silananda)
- Ngay Trong Kiếp Sống Này ((T.S.U Pandita)
- Mặt Hồ Tĩnh Lặng (T.S A Chah)
- Sống Trong Hiện Tại (joseph Goldstein)

Do: * Tỳ Kheo Khánh Hỷ Việt dịch
* Như Lai Thiền Viện ấn tống

Chương tám

PHẬT GIÁO VÀ THẾ GIỚI NGÀY NAY

Có vài người nghĩ rằng đạo Phật quá cao siêu huyền bí, không thể thực hành được bởi những người nam, nữ thông thường trong thế giới chúng ta hằng ngày, và nếu muốn trở thành một Phật tử chân chính thì người ta cần phải từ bỏ cuộc đời này để rút lui vào một tu viện hay đến một nơi nào yên tĩnh.

Đấy là một quan niệm sai lạc đáng buồn do sự thiếu hiểu biết về giáo lý Phật. Người ta thường đi đến những kết luận sai lầm và vội vã, sau khi tình cờ nghe hay đọc một cái gì về Phật giáo do một tác giả không hiểu thấu vấn đề, đưa ra một quan niệm thiên lệch và chủ quan về Phật giáo. Giáo lý Phật không phải chỉ cốt dành cho Tăng lữ trong tu viện, mà còn cho những nam nữ cư sĩ sống trong gia đình. Bát chính đạo, một lối sống theo Phật giáo, là dành cho tất cả không phân biệt.

Không phải mọi người trên thế giới đều có thể đi tu hoặc ẩn dật trong hang động hay rừng núi. Đạo Phật dù cao cả trong sáng đến đâu, cũng sẽ vô dụng đối với nhân loại nếu đại chúng không thể thực hành được trong đời sống hằng ngày. Nhưng nếu hiểu đúng tinh thần Phật giáo (chứ không phải chỉ hiểu danh từ), chắc chắn ta có thể thực hành lời Phật dạy trong khi vẫn sống đời thường.

Có một số người thấy dễ dàng tu theo Phật nếu được ở một nơi xa xôi hẻo lánh tách biệt với xã hội. Cũng có người lại thấy sự ẩn dật đó làm cho họ chán ngán buồn bã cả thể chất lẫn tâm thần, do vậy nếp sống ấy không giúp ích gì cho sự phát triển đời sống tri thức và tâm linh họ.

Sự ẩn dật chân chính không có nghĩa là thân xác phải xa lánh hẳn thế gian. Tôn giả Xá-lợi-phất *(Sariputta)* đệ tử chính của Phật, nói rằng một người có thể sống trong rừng chuyên tu khổ hạnh mà tâm vẫn đầy những tư tưởng nhiễm ô bất tịnh, trong khi một người khác có thể sống trong làng mạc hay thị thành, không thực hành ép xác, mà tâm lại trong sạch không cấu uế. Trong hai

người ấy, tôn giả Xá-lợi-phất bảo, người sống đời trong sạch giữa làng mạc thị thành nhất định là cao cả hơn người sống ở rừng nhiều[1].

Quan niệm thông thường cho rằng muốn theo giáo lý Phật người ta phải lánh đời, là một quan niệm sai lầm. Trong văn học Phật giáo, có rất nhiều chỗ nói đến những người nam nữ sống đời gia đình bình thường mà vẫn thực hành một cách hiệu quả những gì Phật dạy, và thực chứng Niết-bàn. Du sĩ Vacchagotta (mà ta đã gặp trong chương về Vô ngã), một hôm hỏi Phật có nam nữ đệ tử nào của Ngài sống đời sống gia đình, mà được kết quả nhờ theo giáo lý Ngài, đạt những trạng thái tâm linh cao siêu không. Phật trả lời không phải chỉ có một hai người, một trăm, năm trăm, mà còn nhiều hơn thế nữa, những người nam và nữ cư sĩ sống đời gia đình đã theo giáo lý Ngài một cách hiệu quả và đạt được những trạng thái tâm linh cao siêu[2].

Đối với một số người, có thể là điều thoải mái êm dịu khi sống đời ẩn dật trong một nơi yên tĩnh, xa hẳn ồn ào phiền tạp. Nhưng chắc chắn thật là can đảm, đáng ca

ngợi hơn, những ai thực hành Phật giáo mà vẫn sống giữa đồng loại, giúp đỡ họ và làm lợi ích cho họ. Có lẽ trong vài trường hợp sẽ có ích cho một người nếu sống ẩn dật một thời gian để trau dồi tâm ý và tính tình - như tập luyện trước về đạo đức tri thức và tâm linh - để về sau có đủ khả năng giúp đỡ đồng loại. Nhưng nếu một con người sống suốt đời trong cô độc chỉ nghĩ đến hạnh phúc và "cứu rỗi" cho riêng mình, không quan tâm đến đồng loại, thì điều này chắc chắn không phù hợp với giáo lý Phật vốn căn bản trên tình thương, từ bi và sự giúp đỡ kẻ khác.

Bây giờ ta có thể hỏi: "Nếu một người có thể theo Phật giáo trong khi sống đời sống cư sĩ thế tục, thì Phật lập đoàn thể Tăng già làm gì?" Đoàn thể Tăng già này tạo cơ hội cho những ai muốn hiến đời mình không những cho sự phát triển tri thức và tâm linh của riêng mình, mà còn để giúp ích kẻ khác. Một cư sĩ có gia đình khó mà hiến trọn đời mình phụng sự đồng loại, trong khi một vị Tăng, vì không có nhiệm vụ gia đình hay một ràng buộc nào của thế tục, có thể hiến trọn đời mình "vì lợi ích

cho nhiều người, vì an lạc hạnh phúc của nhiều người" theo lời khuyên của Phật. Chính vì thế mà trong quá trình lịch sử, tu viện Phật giáo không những là một trung tâm đào luyện tâm linh, mà còn là một trung tâm học thuật và văn hóa.

Những tu sĩ Phật giáo sống đời cộng đồng trong tu viện nằm giữa các đô thị hay trong làng mạc. Trong tất cả các xứ Phật giáo, Tăng lữ tuân giữ nếp sống độc thân phạm hạnh ngoại trừ vài tông phái ở Nhật bản và Tây Tạng cho phép tu sĩ được cưới vợ - nhưng đây là một tục lệ rõ ràng được du nhập rất lâu về sau. Tu sĩ Phật giáo không được có tài sản riêng trừ một số tối thiểu vật dụng cần thiết, song họ có quyền sử dụng tài sản chung do thí chủ cúng cho đoàn thể Tăng già. Bởi thế có nhiều tu viện, nhất là những tu viện xưa nổi tiếng, sở hữu đất đai để duy trì đời sống Tăng lữ trong tự viện. Những tu sĩ và tu viện Phật giáo được công chúng cúng dường; họ được cung cấp những vật dụng cần thiết. Trong quá khứ, Tăng lữ thường sống bằng hạnh khất thực, xin ăn từng nhà. Do những thay đổi trong nền kinh tế hiện nay, tập tục ấy dần biến

mất, mặc dù vẫn còn hàng ngàn người tiếp tục tuân giữ pháp khất thực, nhất là tại các xứ theo Nam tông như Xri-lan-ca , Mian-ma, Thái Lan, Cam-pu-chia, v.v.... Những tu sĩ sống ở thành thị hay làng mạc có hai nhiệm vụ: thứ nhất là để một phần thì giờ tu thiền và học tập để tiến bộ về trí thức và tâm linh; thứ hai là dạy dỗ những trẻ đến chùa xin học, săn sóc nhu cầu tín ngưỡng của cư sĩ thế tục, bảo trì tự viện, giảng kinh cho đại chúng vào những dịp lễ, giáo giới những cá nhân và đoàn nhóm, điều khiển các lễ lạc tôn giáo, tổ chức những hội đoàn làm công tác an sinh xã hội, vv. Cũng có những tu sĩ sống ở rừng tách biệt hẳn toàn thể xã hội, dành trọn đời cho sự độc cư thiền định[3].

Kinh Thiện sanh[4] chứng tỏ Phật coi trọng cuộc đời cư sĩ, gia đình và những mối tương giao xã hội của họ như thế nào.

Một thanh niên tên Sigàla vâng theo lời trăn trối của cha, thường lễ bái sáu phương - Đông, Tây, Bắc, Nam, Trên, Dưới. Phật bảo anh ta rằng trong thánh giới luật (*ariyassavinaye*) của giáo lý Ngài, sáu phương ấy có nghĩa khác. Theo luật Ngài,

phương Đông là cha mẹ; phương Nam là thầy; phương Tây là vợ con; phương Bắc là bạn bè quyến thuộc, láng giềng; phương Dưới là tôi tớ, người làm công và thợ thuyền; phương Trên là những tu sĩ, sa-môn Bà-la-môn. Phật dạy nên lễ bái sáu phương ấy. Ở đây chữ lễ bái *(namasseyya)* rất ý nghĩa, vì người ta chỉ lễ bái một cái gì thiêng liêng, khả kính, khả sùng. Đạo Phật xem sáu nhóm gia đình và xã hội trên đây là thiêng liêng, đáng sùng mộ kính trọng và lễ bái. Nhưng lễ bái cách nào? Phật dạy người ta có thể lễ bái bằng cách làm tròn bổn phận của mình đối với những người ấy. Những bổn phận ấy được Phật giảng rõ trong bài thuyết pháp cho Thiện Sanh.

- Thứ nhất: Cha mẹ là thiêng liêng đối với con cái. Phật dạy: "Cha mẹ là Thượng đế" *(Brahmàti màtàpitaro)*. Danh từ Thượng đế (*Brahma, Phạm thiên*) chỉ khái niệm cao cả thiêng liêng nhất trong tư tưởng Ấn giáo, trong đó Phật đã bao gồm cha mẹ. Bởi thế ngày nay trong những gia đình theo Phật thuần thành, con cái thực sự "lễ bái" cha mẹ hằng ngày sáng và tối. Họ phải làm một vài bổn phận đối với song thân theo luật của

Phật: Phải săn sóc cha mẹ khi già, phải làm bất cứ cái gì cần làm cho cha mẹ, phải giữ danh dự gia đình và tiếp nối truyền thống gia đình, phải bảo vệ tài sản cha mẹ để lại, và làm tang lễ sau khi cha mẹ chết. Đối lại, cha mẹ cũng có một số bổn phận đối với con cái: họ phải giữ con cái tránh xa những đường tà, phải khuyên chúng làm những việc thiện và lợi ích, phải giáo dục chúng đầy đủ, phải cưới gả chúng vào những gia đình tử tế, và phải chia tài sản cho công bằng.

- Thứ hai, liên hệ giữa thầy và trò. Người học trò phải kính trọng vâng lời thầy, phải lo cho thầy nếu thầy có điều chi cần thiết, phải học hành chăm chỉ. Và thầy đối lại, phải huấn luyện học trò một cách thích đáng, phải dạy kỹ lưỡng, phải giới thiệu bạn bè cho nó, và phải cố kiếm sự bảo đảm việc làm cho nó sau khi học xong.

- Thứ ba, liên hệ giữa chồng và vợ. Tình yêu giữa chồng vợ được xem hầu như tôn giáo hay thiêng liêng; gọi là "đời sống gia đình thiêng liêng" (*sadàrabrahma-cariya)*. Ở đây cũng thế, ý nghĩa của từ ngữ *brahma, Phạm thiên* cần được lưu tâm: Đạo

Phật dành cho mối liên hệ này sự kính trọng cao cả nhất. Vợ chồng phải trung thành, kính trọng và tận tụy với nhau, và họ có vài bổn phận đối với nhau. Chồng phải luôn luôn tôn trọng vợ, không được thiếu sự kính nể đối với vợ, phải bảo đảm đời sống và tiện nghi cho vợ, và phải làm vợ vui lòng bằng cách tặng nàng áo và đồ trang sức (sự kiện đức Phật không quên nhắc đến cả những món quà một người chồng nên tặng vợ, đủ chứng tỏ tình người thắm thiết của Ngài, thiện cảm tế nhị của Ngài đối với tình cảm con người.) Đối lại, người vợ phải coi sóc việc nhà, phải làm vui lòng khách khứa, bạn bè, thân thuộc và những người làm công, phải yêu thương, trung thành với chồng, phải gìn giữ tiền của chồng kiếm được, phải khôn khéo và có nghị lực trong mọi công việc.

- Thứ tư, liên hệ giữa bạn bè, bà con, láng giềng: Họ phải tử tế nhân từ với nhau, phải nói lời hòa nhã dễ nghe, phải làm lợi ích cho nhau, phải hòa hiếu với nhau đừng gây gổ, phải giúp nhau khi cần, và đừng bỏ nhau trong khi hoạn nạn.

- Thứ năm, liên hệ giữa chủ và tớ: Chủ nhà có nhiều bổn phận đối với tôi tớ hay người làm công: phải giao công việc tùy theo khả năng và sức lực, phải trả lương thích đáng, phải cung cấp thuốc men, thỉnh thoảng phải cho quà tặng. Đối lại người giúp việc hay làm công phải chuyên cần không được biếng nhác, phải lương thiện, vâng lời và đừng lường gạt chủ, phải siêng năng trong công việc làm.

- Thứ sáu, liên hệ giữa tu sĩ với người thế tục: Với niềm yêu thương kính trọng, người thế tục phải coi sóc những nhu cầu vật chất của sa-môn, Bà-la-môn; với tâm bi mẫn, tu sĩ phải ban bố kiến thức và hiểu biết cho người thế tục, và dẫn dắt họ theo đường chính, xa đường tà.

Như vậy ta thấy theo đức Phật, đời sống thế tục với những liên hệ gia đình xã hội cũng được bao gồm trong "thánh giới luật", và cũng nằm trong khuôn khổ lối sống Phật giáo.

Bởi thế trong Tương ưng bộ kinh *Samyuttanikàya,* một trong những kinh Pàli xưa nhất, Đế thích (*Sakka*), vua của những

vị trời *(Devas)* tuyên bố rằng không những ông sùng kính các tu sĩ sống đời thánh thiện đức hạnh mà còn kính trọng những cư sĩ thế tục (ưu-bà-tắc, *upàsaka*) làm những việc công đức, có đức hạnh và duy trì gia đình của họ một cách đúng pháp[5].

Nếu muốn trở thành một Phật tử người ta không cần gì phải qua một lễ dẫn nhập (hay rửa tội). Nhưng muốn trở thành Tỳ-kheo, một phần tử của đoàn thể Tăng già, người ta phải qua một thời gian dài tuân giữ kỉ luật và học đạo. Một người nếu hiểu giáo lý Phật, tin chắc đây là chính đạo, và nếu nỗ lực tuân theo giáo lý ấy, thì họ thành một Phật tử.

Nhưng theo truyền thống ngàn xưa trong các xứ Phật giáo, một người được xem là Phật tử nếu quay về nương tựa Phật, Pháp (giáo lý) và Tăng (đoàn thể tăng già) - gọi là Tam bảo, ba ngôi báu - và bắt đầu tuân giữ ngũ giới *(Pancasila)*, những bổn phận tinh thần tối thiểu của một Phật tử tại gia: 1. Không sát sinh (giết hại sinh mạng), 2. Không trộm cắp. 3. Không tà dâm (ngoại tình), 4. Không nói dối, 5. Không uống những chất làm say sưa. Người Phật

tử quỳ gối chắp tay trước một tượng Phật hay bảo tháp (*stùpa dàgàba*), lặp lại công thức quy y thường bằng tiếng Pàli, theo lời một tu sĩ. Tại các lễ lớn, thường cả hội chúng tụng những lời này theo một vị Tăng.

Không có một lễ tục bề ngoài nào một Phật tử bắt buộc phải làm. Đạo Phật là một lối sống, và điều cốt yếu là tuân giữ Bát chính đạo. Dĩ nhiên trong tất cả các xứ Phật giáo đều có những lễ tục rất đẹp và đơn giản vào những ngày lễ Phật. Trong tu viện thường có một bảo tháp (*stùpa, dàgàba*), là một lễ đài có hình vòm cung trong có xá-lợi Phật, cây bồ đề, tượng Phật (*patimàghara*). Bảo tháp, cây bồ đề, tượng phật, ba vật ấy đều được thờ cúng. Phật tử thường đi chùa vào các ngày rằm trăng tròn, ngày mồng một, mồng tám, hăm ba âm lịch. Họ tụng ba quy y và năm giới, quỳ trước một trong ba vật thờ kể trên. Rồi họ thắp đèn dâng hoa và đốt hương, tụng những bài kệ ca ngợi công đức của Phật, Pháp, Tăng. Không nên xem đấy cũng như sự cầu nguyện trong các tôn giáo hữu thần. Đấy chỉ là một cách chiêm ngưỡng, tưởng

nhớ vị đạo sư đã chỉ dạy Con Đường. Rồi họ nghe giảng pháp.

Vào những ngày rằm, mồng một, hàng ngàn Phật tử tuân giữ Bố tát hay Bát quan trai giới *(uposathasìla, atthangasìla)*: 1. Không sát sinh; 2. Không trộm cắp; 3. Không dâm dục[6]; 4. Không nói dối; 5. Không uống rượu; 6. Không ăn sau ngọ; 7. Không nằm ngồi giường cao đẹp; 8. Không múa, hát, chơi đùa, dùng tràng hoa và hương thơm. Thông thường phật tử thọ Bát quan trai ở suốt ngày đêm tại chùa để hành thiền, nghe pháp, tụng kinh và thảo luận về Pháp.

Cuộc lễ Phật giáo lớn nhất trong năm là lễ Vesak vào Rằm tháng Tư âm lịch, để mừng ngày Phật đản sinh, giác ngộ và bát Niết-bàn. Vào ngày ấy, mọi nhà, chùa, đường phố được trang hoàng bằng hoa, đèn và những lá cờ Phật giáo sáu màu. Hàng ngàn nam phụ lão ấu đến chùa; hàng trăm quán ăn miễn phí được mở ra do những hội đoàn Phật tử để phục vụ khách hành hương. Ngày ấy một tinh thần từ bi, thương yêu, hòa điệu, thanh bình và hoan hỉ tràn ngập khắp nhân gian.

Trong Phật giáo không có lễ rửa tội; nhưng khi một đứa trẻ được sinh ra, cha mẹ nó đưa đến chùa để làm chuyến xuất hành đầu tiên, đặt hài nhi dưới chân tượng Phật, để chư Tăng tụng kinh cầu phúc cho nó. Ngay cả trước khi đứa bé ra đời, người ta cũng thỉnh chư Tăng đến nhà để cầu an cho sản phụ, bà mẹ tương lai.

Chư Tăng không làm lễ cho các đám cưới. Hôn lễ tại các nhà Phật tử là một lễ thuộc dân sự, chỉ liên hệ đến xã hội; nhưng người ta cho nó một tính tôn giáo bằng cách đưa vào đấy những yếu tố Phật giáo, tỉ như cho một nhóm thanh niên hay thiếu nữ tụng những bài kệ chúc lành. Chính những tu sĩ thì không bao giờ dự đám cưới, nhất là ở các xứ theo Nam tông. Nhưng người ta có thể thỉnh Tăng về nhà cúng dường bố thí (dàna) một hoặc hai ngày trước hay sau lễ cưới; vào dịp ấy một tu sĩ nói một pháp thoại khuyên cặp vợ chồng mới sống một đời hạnh phúc hòa thuận theo lời Phật dạy.

Ngược lại, tu sĩ Phật giáo thường làm lễ cho các đám tang, và thuyết một bài pháp để ủy lạo tang gia.

Khi một Phật tử bị bệnh, rất thường khi người ta mời chư Tăng đến tụng kinh cầu an gọi là Paritta hay Pirit (*có nghĩa là che chở, gia hộ*). Lễ tục này rất phổ thông đối với Phật tử. Trong hầu hết các chùa, thỉnh thoảng người ta lại cử hành lễ này xem như lễ cầu an chung cho tất cả; cuộc lễ có thể kéo dài suốt ngày đêm không nghỉ, trong một hai ngày hoặc cả tuần lễ hay lâu hơn.

Những sự lễ bái cổ truyền này, mặc dù không thiết yếu, vẫn có giá trị ở chỗ thỏa mãn những cảm xúc và nhu cầu tôn giáo nơi những người chưa phát triển về tinh thần và tâm linh, giúp họ dần bước theo Chính đạo[7].

Những người nghĩ rằng Phật giáo chỉ quan tâm đến những lý tưởng cao siêu, tư tưởng triết lý và đạo đức siêu phàm, không kể gì đến phúc lợi xã hội và kinh tế của con người, là sai lầm. Đức Phật rất quan tâm đến hạnh phúc của con người. Đối với Ngài, không thể có hạnh phúc nếu không sống một đời trong sạch, dựa trên những nguyên tắc đạo đức và tâm linh. Nhưng Ngài biết rằng sống một đời như vậy rất khó trong

những điều kiện xã hội và vật chất không thuận lợi.

Phật giáo không xem hạnh phúc vật chất tự nó là cứu cánh: nó chỉ là một phương tiện để đạt đến một cứu cánh cao quý hơn. Nhưng đấy là một phương tiện rất cần thiết để hoàn thành một mục đích cao hơn cho hạnh phúc nhân loại. Bởi thế Phật giáo công nhận vài điều kiện vật chất tối thiểu là cần thiết để tu tập có kết quả - ngay cả đối với một thầy tu thiền định trong một nơi cô tịch[8].

Đức Phật không xét đời sống tách biệt với bối cảnh kinh tế và xã hội. Ngài nhìn đời toàn diện, trong tất cả mọi phương diện xã hội, kinh tế và chính trị của nó. Những lời dạy của Ngài về những vấn đề đạo đức, triết lý và tâm linh đã được khá nhiều người biết đến. Nhưng người ta biết rất ít về giáo lý của Ngài trong những vấn đề xã hội, kinh tế và chính trị. Tuy vậy có rất nhiều bài giảng của Ngài bàn về những vấn đề ấy rải rác khắp các bản kinh cổ xưa của Phật giáo. Ta hãy lấy một vài thí dụ:

Kinh *Chuyển luân sư tử hống* [*Cakkavattisìhanàda- sutta, Trường Bộ kinh 26*] nói rõ rằng sự nghèo khó (*dàliddiya*) là nguyên nhân của vô đạo và tội ác như trộm cắp, tà vạy, bạo động, thù hằn, độc ác v.v.. Xưa cũng như nay các tội lỗi đều bị trừng trị bằng hình phạt. Kinh Kùtadantasutta cùng thuộc bộ ấy giải thích sự vô ích của hình phạt, nói rằng phương pháp ấy sẽ không bao giờ thành công. Thay vì vậy, đức Phật đề nghị muốn diệt tận gốc tội lỗi, cần phải cải thiện điều kiện kinh tế của con người, cần phải cung cấp cho tá điền và nông phu hạt giống và phương tiện trồng trọt; vốn phải được cung cấp cho những thương gia và người buôn bán; lương hướng thích đáng phải được trả cho những người làm công. Khi mọi người đều được cung cấp cơ hội để kiếm được lợi tức đầy đủ họ sẽ bằng lòng, không sợ hãi lo âu, và do đó xứ sở sẽ thanh bình, không có các tội lỗi[9].

Bởi vậy đức Phật thường dạy những cư sĩ tại gia tầm quan trọng của sự cải thiện hoàn cảnh kinh tế. Điều này không có nghĩa Ngài tán đồng sự tích trữ tài sản với

sự tham lam ràng buộc, vì nó trái ngược với giáo lý Ngài, cũng không phải Ngài tán đồng bất cứ phương tiện sinh nhai nào. Có vài nghề thương mại như sản xuất và mua bán khí giới bị Ngài cấm chỉ, xem như những phương tiện sinh nhai bất chính như ta đã thấy trước đây[10].

Một người tên Dìghajànu một hôm đến viếng Phật và bảo: "Bạch Thế Tôn, chúng con là những người thế tục tầm thường, sống đời gia đình, có vợ con. Xin đức Thế Tôn chỉ dạy cho con vài lý thuyết để giúp chúng con được hạnh phúc trong đời này và đời sau."

Đức Phật dạy ông ta rằng có bốn điều giúp cho hạnh phúc con người trong đời này:

- Thứ nhất là phải tài khéo, có hiệu năng, hăng hái và có nghị lực trong bất cứ nghề nào mình làm, và phải tinh xảo trong nghề nghiệp mình (*utthànasampadà).*

- Thứ hai là phải bảo vệ lợi tức mình đã kiếm được một cách chân chính, bằng mồ hôi trán *(àrakka-sampadà)*; nghĩa là bảo vệ tài sản cho khỏi bị trộm cắp v.v.. (Tất cả

mọi ý tưởng này cần được xét đến trong bối cảnh thời ấy).

- Thứ ba là phải giao du với bạn tốt (*kalyànamitta*) trung thành, có trí thức, đức hạnh, phóng khoáng và thông minh, người sẽ giúp mình đi theo chính đạo, xa lánh đường tà.

- Thứ tư là phải tiêu dùng chừng mực, tùy theo lợi tức, đừng tiêu quá nhiều cũng đừng quá ít, nghĩa là không nên bo bo tích trữ tài sản, nhưng cũng không nên phung phí - nói cách khác phải sống trong giới hạn những phương tiện mình có *(samajì vikatà)*.

Rồi Phật giảng bốn đức hạnh giúp cho một người thế tục được hạnh phúc đời sau:

1. Tín *(saddhà)*: Phải tin tưởng vào những giá trị đạo đức, tinh thần, và tâm linh.

2. Giới *(sìla)*: Phải từ bỏ sát sinh, trộm cắp, tà dâm, nói dối và uống rượu.

3. Thí *(Càga)*: phải thực hành lòng trắc ẩn, bố thí, không bám víu, ôm giữ tài sản mình.

4. Tuệ *(panna)*: phải mở mang trí tuệ dẫn đến sự diệt khổ, chứng Niết-bàn[11].

Đôi khi Phật còn đi vào những chi tiết về cách để dành tiền bạc và tiêu dùng, chẳng hạn như khi Ngài bảo thanh niên Sigàla rằng anh ta nên dùng 1/4 lợi tức vào sự tiêu pha hàng ngày, 1/2 lợi tức để đầu tư vào việc kinh doanh và để riêng 1/4 phòng khi nguy cấp[12].

Một hôm Phật bảo Cấp-cô-độc *(Anàtha-pindika)*, một thương gia danh tiếng, một trong những đệ tử tại gia thuần thành nhất của Ngài, đã lập cho Ngài tu viện Kỳ-đà *(Jetavana)* hữu danh ở Xá-vệ (*Sàvatthi*), rằng một cư sĩ sống đời thường nhật, có bốn thứ hạnh phúc:

1. Thụ hưởng sự bảo đảm về kinh tế hay tài sản đầy đủ, kiếm được bằng những phương tiện chính đáng *(sở hữu lạc, atthisukkha)*.

2. Tiêu dùng tài sản ấy một cách rộng rãi cho chính mình, cho gia đình, bà con, bè bạn và trong những việc công đức (*thọ dụng lạc, ananasukkha)*.

3. Không có nợ nần *(vô trái lạc, ananasukkha).*

4. Sống một đời trong sạch, không phạm những điều ác trong ý nghĩ, lời nói hay hành vi *(vô tội lạc, anmajjasukkha).*

Ở đây ta phải chú ý rằng trong bốn yếu tố đem lại hạnh phúc, có đến ba thuộc về kinh tế, và cuối cùng Phật còn nhắc cho thương gia ấy biết rằng hạnh phúc về kinh tế và vật chất thì "không đáng một phần mười sáu" của hạnh phúc tâm hồn phát sinh từ một đời sống không lỗi lầm và lương thiện[13].

Qua những ví dụ kể trên, ta có thể thấy rằng đức Phật xem sự thoải mái về kinh tế là cần thiết cho hạnh phúc con người, nhưng Ngài không công nhận sự tiến bộ là chân thật nếu nó chỉ thuần vật chất, không có một nền tảng đạo đức và tâm linh. Trong khi khuyến khích sự tiến bộ vật chất, Phật giáo luôn luôn nhấn mạnh sự phát triển đạo đức và tâm linh để kiến tạo một xã hội hòa bình an lạc.

Đức Phật cũng có những lời dạy minh bạch như thế về chính trị, chiến tranh, hòa bình. Điều ai cũng biết, tưởng không cần nhắc lại, là đạo Phật chủ xướng Bất bạo động, Hòa bình như thông điệp của mình cho tất cả thế giới, và không tán thành bất cứ một sự bạo động hay sát hại sinh mạng nào.

Đức Phật không những đã dạy Bất bạo động và Hòa bình, mà Ngài còn thân hành đi đến chiến trường để can thiệp và ngăn cản chiến tranh, như trong trường hợp những người dòng Thích-ca (Sàkyas) và Câu-lợi (Koliyas), sắp đánh nhau vì vấn đề tranh chấp nước sông Rohini. Và những lời của Ngài đã từng ngăn được vua A-xà-thế (*Ajàtasattu*) khi tấn công vương quốc Bạt-kỳ (Vajjis).

Vào thời đức Phật, cũng như ngày nay, có những nhà cai trị xứ sở một cách bất công. Dân chúng bị đàn áp, bóc lột, đánh đập, tù đày, sưu cao thuế nặng, và chịu những hình phạt dã man. Đức Phật rất động lòng trước những sự vô nhân đạo ấy.

Kinh sớ Pháp cú *Dhammapadatthakathà* chép rằng thuở ấy Phật rất chú tâm đến vấn đề một nền cai trị tốt đẹp. Ta nên xét quan điểm của Ngài trong bối cảnh xã hội, kinh tế và chính trị thời ấy. Ngài đã chứng minh rằng toàn thể một xứ sở có thể trở thành đồi trụy, thối nát và bất hạnh nếu những người cầm đầu việc cai trị - nghĩa là vua, các quan lại và những nhân viên hành chính - đều thối nát và bất công. Muốn cho dân một nước được sung sướng, cần phải có một nền cai trị công bằng. Một nền cai trị công bằng có thể được thực hiện bằng cách nào? Đức Phật đã nói rõ trong bài thuyết pháp của Ngài về "10 nhiệm vụ của nhà vua" ***(Thập vương pháp, Dasaràjadhamma)*** như được thuật trong Jàtaka (Chuyện tiền thân)[14].

Dĩ nhiên danh từ "vua" (Ràja), ngày xưa phải được thay thế bằng danh từ "chính phủ". "Mười nhiệm vụ của nhà vua" có thể áp dụng cho tất cả những người trong chính phủ ngày nay, như quốc trưởng, bộ trưởng, lãnh đạo chính trị, nhân viên hành chính và tư pháp v.v..

- Nhiệm vụ thứ nhất trong "10 nhiệm vụ của nhà vua" là sự rộng rãi, bố thí, bác ái (*dàna*). Người cai trị không được có một thèm khát và bám víu nào đối với tài sản, tiền của, mà phải bố thí cho dân được no ấm.

- Thứ hai, một đạo đức tốt đẹp (giới - *sìla*). Vua phải không bao giờ sát hại, lừa bịp và bóc lột kẻ khác, tà dâm, nói lời sai quấy, và rượu chè. Nghĩa là, ít nhất ông phải theo 5 giới của phật tử tại gia.

- Thứ ba, hy sinh tất cả vì hạnh phúc của dân (*biến xả, pariccàga*), ông phải sẵn sàng từ bỏ mọi tiện nghi cá nhân mình, tên tuổi danh vọng và ngay cả sự sống của mình vì lợi ích của dân.

- Thứ tư, trực hạnh (*ajjava*). Ông phải xa lìa sự sợ hãi và thiên vị khi thi hành nhiệm vụ, phải thành thật trong ý định, và không được lừa bịp quần chúng.

- Thứ năm, khổ hạnh (*tapa*). Ông phải sống một đời giản dị, không được xa hoa. Ông phải biết chế ngự bản thân mình.

- Thứ sáu, nhu hòa (*maddava*). Ông phải có một tính tình hòa nhã.

- Thứ bảy, không thù hận, ác độc (vô sân - *akkodha*). Ông không được có tư thù với bất cứ ai.

- Thứ tám, bất hại (*avihimsà*), không những có nghĩa là không được làm hại ai, mà còn có nghĩa ông phải cố tạo hòa bình bằng cách tránh và ngăn ngừa chiến tranh, hay mọi sự dính dáng đến bạo động và sát hại sinh mạng.

- Thứ chín, nhẫn nhục (*khanti*). Ông phải có thể chịu đựng những khó khăn, khổ nhọc và những sự nhục mạ mà không mất bình tĩnh.

- Thứ mười, không đối lập, không ngăn cản (*avirodha*), nghĩa là ông không được đi ngược với ý chí của toàn dân, không được cản bất cứ biện pháp nào đưa đến sự lợi lộc cho toàn dân. Nói cách khác ông phải cai trị thuận với ý chí của dân[15].

Nếu một nước được cai trị bởi một người có những đức tính ấy, thì dĩ nhiên nước ấy phải rất hạnh phúc. Nhưng đấy không phải là một điều không tưởng, vì trong quá khứ đã có những ông vua như A-dục vương (Asoka) của Ấn Độ đã thiết lập các vương quốc căn cứ trên những lý tưởng đó.

Thế giới ngày nay luôn sống trong sợ hãi, nghi ngờ và căng thẳng. Khoa học đã sản xuất những khí giới có năng lực phá hoại kinh hoàng. Tạo ra những dụng cụ mới của chết chóc, các cường quốc hăm dọa, thách thức nhau, khoe khoang không hổ thẹn rằng mình có thể gây nhiều phá hoại tang thương trong thế giới hơn cường quốc khác.

Họ đã đi quá xa trên con đường điên rồ ấy đến nỗi ngày nay họ chỉ cần bước thêm một bước, kết quả sẽ không là gì ngoài ra sự hủy diệt lẫn nhau và hủy diệt toàn thể loài người.

Vì hoảng sợ trước một hoàn cảnh mà chính họ đã tạo ra, con người muốn tìm một lối thoát, một giải pháp nào đó. Nhưng không có giải pháp nào ngoài giải pháp đức Phật đã đề xướng - thông điệp của Ngài về Bất bạo và Hòa bình; về tình thương và từ bi; về khoan hồng và thông cảm; về chân lý và trí tuệ, về sự tôn trọng đối với mọi sự sống; về sự dứt bỏ ích kỉ, hận thù và bạo động.

Đức Phật dạy: "Hận thù không bao giờ dập tắt được hận thù, chỉ có tình thương mới dập tắt được hận thù. Đây là một sự thật muôn đời."[16]

"Người ta nên lấy từ bi thắng lướt hận thù, lấy lòng tốt đối lại với sự xấu xa, lấy bác ái đối lại lòng ích kỉ, và lấy sự chân thật đối lại xảo trá gian tà."[17]

Con người không thể nào có hạnh phúc an vui khi còn khao khát ham muốn chinh phục và chế ngự đồng loại. Phật dạy: "Kẻ chiến thắng nuôi hận thù, kẻ chiến bại ngã gục trong đau khổ. Người nào từ khước cả thắng lẫn bại, sẽ được hạnh phúc an vui."[18]

Chiến thắng duy nhất đem lại hòa bình hạnh phúc là chiến thắng tự tâm. "Người ta có thể chinh phục hàng triệu người trong trận chiến, nhưng chỉ có người nào tự chinh phục được mình mới là người chiến thắng vinh quang nhất."[19]

Bạn sẽ bảo rằng tất cả điều đó rất đẹp, rất cao cả đáng quý, nhưng không thực tiễn. Thế thì có thực tiễn khi thù ghét nhau chăng? Khi giết nhau chăng? Khi sống mãi trong hãi hùng và nghi kỵ như thú dữ trong rừng chăng? Điều này thực tiễn và tiện nghi hơn chăng? Có bao giờ ác độc được điều phục bằng ác độc? Có bao giờ hận thù được dập tắt bởi hận thù? Nhưng đã có những trường hợp, ít nhất những trường hợp cá nhân, trong đó hận thù được thoa dịu bằng thương yêu và lòng tốt, ác độc được chinh phục bằng thiện cảm. Bạn sẽ bảo điều này có thể có thật, có thể thực hiện trong những trường hợp cá nhân, nhưng nó không bao giờ thực hiện được trong những giao tiếp quốc gia và quốc tế. Con người quả đã bị thôi miên, tâm lý bị rối ren mờ ám và bị lừa dối bởi những từ ngữ dùng để tuyên truyền chính trị như "quốc gia", "quốc tế",

"tổ quốc". Tổ quốc là gì nếu không phải là một đoàn thể rộng lớn gồm nhiều cá nhân? Một quốc gia hay tổ quốc không hành động, chính cá nhân mới hành động. Cái gì cá nhân nghĩ và làm chính là cái mà quốc gia nghĩ và làm. Cái gì có thể áp dụng cho cá nhân cũng có thể áp dụng cho quốc gia, xứ sở. Nếu trên bình diện cá nhân, hận thù có thể dập tắt hận thù, thì trên bình diện quốc gia và quốc tế, chắc chắn điều này cũng có thể thực hiện. Ngay cả trong trường hợp một cá nhân riêng rẽ muốn đối lại hận thù bằng yêu thương, người ta cũng cần phải có một lòng can đảm siêu việt, một sự mạnh dạn, một lòng tin vô bờ đối với sức mạnh tâm hồn. Có phải chăng ta còn cần nhiều cố gắng hơn thế nữa trong trường hợp giao tiếp quốc tế? Nếu khi bảo rằng "không thực tế" ý bạn muốn nói "không dễ dàng" thì là bạn nói đúng. Nhất định nó không dễ dàng. Tuy nhiên ta cần cố thử. Bạn sẽ bảo sự cố gắng ấy hơi mạo hiểm. Nhưng chắc chắn là nó không mạo hiểm hơn sự thử một chiến tranh nguyên tử.

Thật là một an ủi cho chúng ta ngày nay khi nghĩ rằng ít nhất trong lịch sử cũng

đã có một vị vua cai trị lỗi lạc, đã có can đảm, đức tin và kiến giải đủ để áp dụng lời dạy này của Phật về bất bạo động, hòa bình và yêu thương trong sự cai trị một đế quốc rộng lớn về cả nội bộ lẫn ngoại giao - đó là A-dục vương, vị hoàng đế Phật tử của xứ Ấn (thế kỉ thứ III trước Tây lịch), "người con yêu quý của các thần linh" như ông đã được mệnh danh.

Ban đầu ông theo gương vua cha (Bindusàra) và ông nội (Chandragupta) muốn hoàn thành việc chinh phục bán đảo Ấn; ông chiếm xứ Kalinga, sát nhập nó vào đế quốc mình. Hàng nghìn người bị giết, bị thương, bị tra tấn và bắt làm tù binh trong trận này. Nhưng về sau, khi trở thành một Phật tử, ông hoàn toàn thay đổi nhờ giáo lý của Phật. Trong một tuyên ngôn danh tiếng của ông khắc trên đá (*Trụ đá XII, như ngày nay thường gọi*) còn có thể đọc được ngày nay, nói đến sự chinh phục Kalinga, Hoàng đế A-dục đã công khai bày tỏ sự "sám hối" của ông và nói ông "vô cùng đau đớn khi nghĩ về sự tàn sát ấy". Ông tuyên bố công khai rằng ông sẽ không bao giờ rút gươm ra để làm một việc chinh phục nào nữa, nhưng

ông "mong mỏi tất cả mọi chúng sinh sống trong bất bạo sẽ tự chủ, tập luyện sự an tĩnh và ôn hòa." Điều này dĩ nhiên Người con yêu chuộng của các thần linh (A-dục vương) xem là chiến thắng bằng chính pháp *(dhammavijaya)*. Không những tự ông chối bỏ chiến tranh, mà ông còn tỏ lòng mong muốn rằng "con ta và cháu ta đừng nghĩ về cuộc chinh phục nào khác nữa xem như đáng làm... Chúng hãy chỉ nghĩ đến một sự chinh phục duy nhất là chinh phục bằng Đạo đức. Điều ấy lợi ích cho cả đời này và đời sau".

Đó là tấm gương độc nhất trong lịch sử nhân loại về một người chiến thắng vinh quang đang ở tột đỉnh của uy quyền, còn có sức mạnh để tiếp tục những cuộc chinh phục đất đai, nhưng lại từ bỏ chiến tranh và bạo động mà trở về với hòa bình, bất bạo.

Đấy là một bài học cho thế giới ngày nay. Vị hoàng đế cai trị một đế quốc rộng lớn đã công khai quay lưng lại với chiến tranh, bạo động và đón nhận thông điệp của bất bạo và hòa bình. Không có bằng chứng lịch sử nào nói rằng có vua láng giềng nào đã lợi dụng sự sùng đạo của vua

A-dục để tấn công ông về quân sự, hay có một cuộc nổi loạn nào trong đế quốc ông lúc sinh thời. Trái lại hòa bình ngự trị khắp trên lãnh thổ, và ngay cả những xứ bên ngoài vương quốc ông cũng dường như đã chấp nhận sự lãnh đạo nhân từ của ông.

Thật điên rồ khi nói đến việc duy trì hòa bình bằng cách làm quân bình các thế lực hay bằng sự hăm dọa của vũ khí nguyên tử. Thế lực của binh bị chỉ có thể phát sinh ra sợ hãi, chứ không phát sinh hòa bình. Trong sợ hãi không thể nào có hòa bình lâu dài và thực sự. Từ sợ hãi chỉ có thể sinh ra thù hận, ác độc, có thể bị đè nén một thời gian nhưng sẵn sàng bùng dậy và trở nên hung bạo bất cứ lúc nào. Hòa bình chân thật chỉ có thể ngự trị trong một không khí của lòng thương (*mettà, tâm từ*), sự thân thiện, không có sợ hãi nghi ngờ và nguy hiểm.

Phật giáo nhằm mục đích kiến tạo một xã hội ở đấy người ta từ bỏ sự tranh chấp thế lực rất tai hại, ở đấy an tĩnh và hòa bình ngự trị, xa hẳn chiến thắng và chiến bại, ở đấy sự áp bức người vô tội phải bị mạnh mẽ tố cáo, ở đấy một người tự thắng

mình được kính trọng hơn những người chiến thắng hàng triệu bằng chiến tranh quân sự và kinh tế, ở đấy hận thù được chinh phục bằng yêu thương và sự ác độc bằng thiện cảm, ở đấy thù hận, ganh ghét, ác độc và tham lam không nhiễm độc tâm trí con người, ở đấy từ bi là nguyên động lực cho hành động, ở đấy tất cả, kể cả những sinh vật nhỏ bé nhất, đều được đối xử với lòng yêu thương lân mẫn, ở đấy cuộc sống bình an hòa điệu - trong thế giới đầy đủ về vật chất - được hướng về mục đích cao quý nhất, sự thực chứng chân lý tối hậu, Niết-bàn.

Sửa lại và bổ túc (theo bản dịch Pháp ngữ năm 1978) Phật đản 2542 (1998).

Tỳ-kheo-ni Trí Hải

CHÚ THÍCH

[1] *M I (PTS), pp. 30-31.*

[2] *Ibid, pp.490 ff.*

[3] *Muốn biết thêm về đề tài này, nên xem tác phẩm bổ ích thú vị của André Bareau nhan đề "Đời sống và tổ chức*

các cộng đồng Phật giáo ngày nay tại Xri-lan-ca ", Pondichéry, 1957.

[4] *Sigàla, Trường bộ 31.*

[5] *S I (PTS), p.234.*

[6] *Để ý, trong năm giới, giới thứ ba chỉ cấm tà dâm hay ngoại tình; còn trong tám giới, thì giới thứ ba cấm hẳn sự dâm dục trong thời gian tu Bát quan trai.*

[7] *Xem chương XV và XVI, History of Buddhism in Ceylon của Walpola Rahula (Colombo, 1956).*

[8] *MA I, PTS, 290. Những tu sĩ thành phần của Tăng già, không được có của riêng, nhưng có quyền sử dụng tài sản chung gọi là Tăng kỳ vật - sanghika.*

[9] *D I (Colombo, 1929), p.101*

[10] *Xem phần Bát chính đạo - Chính mạng.*

[11] *A (Colombo, 1929), pp. 786 ff.*

[12] *D III (Colombo, 1929), p. 115.*

[13] *A (Colombo, 1929), pp. 232-233.*

[14] *Jàtaka I, 260, 399; II 400; III, 274, 320; V, 119, 378.*

[15] *Ở đây ta thấy điều thú vị là năm nguyên tắc, panchasîla- năm giới- trong nền chính trị ngoại giao của Ấn Độ cũng giống với những nguyên tắc mà vua A-dục, vị vua Phật giáo Ấn, đã áp dụng cho nền hành chính của triều đại ông vào thế kỉ ba trước Tây lịch. Từ ngữ pancasîla cũng là danh từ PG.*

[16] *Dhp., I, 5.*

[17] *Ibid., XVII, 3.*

[18] *Ibid., XV, 5.*

[19] *Ibid., VIII, 4.*

*

*   *

Phụ lục

KINH NIỆM XỨ

Satipatthànasutta

Đây là những gì tôi được nghe: Một thời, đức Thế Tôn trú tại xứ Kurus trong một thị trấn tên Kammàssadhamma. Ở đây, đức Thế Tôn cho gọi các Tỳ-kheo và dạy như sau: "Này các Tỳ-kheo, có con đường duy nhất khiến cho chúng sinh được thanh tịnh, vượt qua sầu não, hủy diệt các khổ của thân và tâm, đưa đến cách hành xử chân chính, đến sự thực chứng Niết-bàn. Đấy là bốn Niệm xứ.

Bốn Niệm xứ là gì?

I. Quán thân

1. Niệm hơi thở

Ở đây, này các Tỳ-kheo, một Tỳ-kheo quán sát thân thể như là thân thể[1], nhiệt tâm, tỉnh giác, chính niệm để gột rửa tham dục lo sầu liên hệ đến thế gian. Quán thọ trên các thọ, nhiệt tâm, tỉnh giác, chính

niệm để gột rửa tham dục lo sầu liên hệ đến thế gian. Quán tâm trên tâm, nhiệt tâm, tỉnh giác, chính niệm để gột rửa tham dục lo sầu liên hệ đến thế gian. Quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tỉnh giác, chính niệm để gột rửa tham dục lo sầu liên hệ đến thế gian.

Và này các Tỳ-kheo, thế nào là một Tỳ-kheo quán sát thân thể như là thân thể?

Ở đây, này các Tỳ-kheo, một Tỳ-kheo đi vào rừng, hay đến một gốc cây, hay ngôi nhà trống, ngồi kiết già, lưng thẳng, đặt chính niệm trước mặt[2]. Tỉnh giác vị ấy thở vào, tỉnh giác vị ấy thở ra. Khi thở vào một hơi dài, vị ấy rõ biết "tôi đang thở vào một hơi dài." Khi thở ra một hơi dài, vị ấy rõ biết "tôi đang thở ra một hơi dài." Khi thở vào một hơi ngắn, vị ấy rõ biết "tôi đang thở vào một hơi ngắn." Khi thở ra ngắn, vị ấy rõ biết "tôi đang thở ra một hơi ngắn." Vị ấy tập "cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở vào"[3]. Vị ấy tập "cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra." Vị ấy tập "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở vào." Vị ấy tập "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở ra."

Này các Tỳ-kheo, cũng như một người thợ quay hay đệ tử ông ta, khi quay chậm, rõ biết mình đang quay chậm, khi quay nhanh rõ biết mình đang quay nhanh. Cũng thế, này các Tỳ-kheo, khi một Tỳ-kheo thở vô dài, vị ấy rõ biết mình thở vô dài; khi thở ra dài, vị ấy rõ biết mình thở ra dài. Vị ấy tập làm cho thân hành được an tịnh như thế.

Như vậy vị ấy sống quán thân trên nội thân; quán thân trên ngoại thân; quán thân trên cả nội ngoại thân. Vị ấy sống quán sự sinh khởi trên thân; quán sự diệt tận trên thân; quán sự sinh và diệt trên thân. "Thân thể là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như thế ấy là vị Tỳ-kheo sống quán thân thể như là thân thể.

2. Niệm bốn uy nghi

Lại nữa, này các Tỳ-kheo, một Tỳ-kheo khi đi, tuệ tri mình đang đi; khi đứng tuệ tri mình đang đứng; khi ngồi tuệ tri mình đang ngồi; khi nằm, tuệ tri mình đang nằm;

thân thể ở trong tư thế nào, vị ấy đều tuệ tri.[4]

Như vậy vị ấy sống quán thân trên nội thân; quán thân trên ngoại thân; quán thân trên cả nội ngoại thân. Vị ấy sống quán sự sinh khởi trên thân; quán sự diệt tận trên thân; quán sự sinh và diệt trên thân. "Thân thể là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là một Tỳ-kheo sống quán thân thể như là thân thể.

3. Niệm thân hành

Lại nữa, này các Tỳ-kheo, một Tỳ-kheo hoàn toàn tỉnh giác lúc đi tới đi lui; tỉnh giác lúc nhìn trước mặt hay nhìn quanh; tỉnh giác khi co duỗi tay chân; tỉnh giác lúc đắp y mang bát; tỉnh giác lúc ăn, uống, nhai, nếm; tỉnh giác lúc đại tiện tiểu tiện; lúc đi, đứng, ngồi, ngủ, thức, nói, im, vị ấy hoàn toàn tỉnh giác, rõ biết việc mình đang làm.

Như vậy vị ấy sống quán thân trên nội thân; quán thân trên ngoại thân; quán thân

trên cả nội ngoại thân. Vị ấy sống quán sự sinh khởi trên thân; quán sự diệt tận trên thân; quán sự sinh và diệt trên thân. "Thân thể là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là vị Tỳ-kheo sống quán thân thể như là thân thể.

4. Quán các thân phần

Lại nữa này các Tỳ-kheo, một Tỳ-kheo quán sát thân này dưới từ hai gót chân lên đến đỉnh đầu, được bao phủ bởi da và chứa đầy những vật bất tịnh khác nhau: "Trong thân này có tóc, lông, móng, răng, da; thịt, gân, xương, tủy, thận; tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi; ruột, màng ruột, bao tử, phân; mật, đàm, mủ, máu, mồ hôi; mỏ, nước mắt, mỏ nước, nước miếng, niêm dịch; nước khớp xương, nước tiểu." Này các Tỳ-kheo, như một túi xách có hai đầu đựng đầy những hạt ngũ cốc khác nhau như gạo, lúa, đậu xanh, đậu lớn, mè, lúa đã xay; một người tỏ mắt mở nó ra mà quan sát: "Đây là gạo, đây là lúa, đây là đậu xanh, đây là đậu lớn, đây là mè, đây là lúa đã xay." Cũng

vậy, này các Tỳ-kheo, một Tỳ-kheo quan sát thân này dưới từ gót chân lên đến đỉnh đầu, bao phủ bởi da và chứa đầy những vật bất tịnh khác nhau: Trong thân này có tóc, lông, móng, răng, da; thịt, gân, xương, tủy, thận; tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi; ruột, màng ruột, bao tử, phân; mật, đàm, mủ, máu, mồ hôi; mỏ, nước mắt, mỏ nước, nước miếng, niêm dịch, nước khớp xương, nước tiểu.

Như vậy vị ấy sống quán thân trên nội thân; quán thân trên ngoại thân; quán thân trên cả nội ngoại thân. Vị ấy sống quán sự sinh khởi trên thân; quán sự diệt tận trên thân; quán sự sinh và diệt trên thân. "Thân thể là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là một Tỳ-kheo sống quán thân thể như là thân thể.

5. Phân tích bốn yếu tố

Lại nữa, này các Tỳ-kheo, một Tỳ-kheo quán thân thể theo các giới: "Trong thân này có địa giới, thủy giới, hỏa giới, phong

giới." Này các Tỳ-kheo, như một đồ tể khéo tay hoặc đệ tử ông ta, sau khi giết một con bò, cắt nó thành nhiều mảnh đến ngồi ở ngã tư đường; cũng vậy một Tỳ-kheo quán sát thân này có những yếu tố: "Trong thân này, có địa giới thủy giới hỏa giới phong giới."

Như vậy vị Tỳ-kheo sống quán thân trên nội thân, quán thân trên ngoại thân, quán thân trên cả nội ngoại thân. Vị ấy sống quán sự sinh khởi trên thân, quán sự diệt tận trên thân, quán sự sinh diệt trên thân. "Thân thể là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là một Tỳ-kheo sống quán thân thể như là thân thể.

6. Quán các giai đoạn tử thi

Lại nữa này các Tỳ-kheo, khi một Tỳ-kheo thấy một thi thể quăng bỏ ngoài nghĩa địa một ngày, hai ngày, ba ngày, sình lên, xanh bầm, hôi thối, vị ấy quán sát thân này như sau: "Thân này cũng một tính chất như

vậy, nó sẽ ra như vậy, không thể nào khác hơn."

Như vậy vị Tỳ-kheo sống quán thân trên nội thân, quán thân trên ngoại thân, quán thân trên cả nội ngoại thân. Vị ấy sống quán sự sinh khởi trên thân, quán sự diệt tận trên thân, quán sự sinh diệt trên thân. "Thân thể là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là một Tỳ-kheo sống quán thân thể như là thân thể.

Lại nữa này các Tỳ-kheo, khi một Tỳ-kheo thấy một thi thể bị quăng bỏ trong nghĩa địa bị các loài quạ, diều hâu, kên kên rứt ăn, hay bị các loài chó, dã can gặm khới, hay bị các loài côn trùng rúc rỉa. Tỳ-kheo quán sát thân này như sau: "Thân này cũng một tính chất như vậy, nó sẽ ra như vậy, không thể nào khác hơn."

Như vậy vị Tỳ-kheo sống quán thân trên nội thân, quán thân trên ngoại thân, quán thân trên cả nội ngoại thân. Vị ấy sống quán sự sinh khởi trên thân, quán sự

diệt tận trên thân, quán sự sinh diệt trên thân. "Thân thể là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là một Tỳ-kheo sống quán thân thể như là thân thể.

Này các Tỳ-kheo, lại nữa Tỳ-kheo khi thấy bị quăng bỏ trong nghĩa địa, một thi thể với bộ xương còn gân liên kết, còn dính thịt máu... một thi thể với bộ xương còn gân liên kết, đã hết thịt nhưng còn dính máu... một thi thể với bộ xương còn gân liện kết đã hết cả thịt, máu... một thi thể với bộ xương không còn liên kết, những đốt xương rải rác chỗ này chỗ kia. Đây là xương tay, đây là xương chân, đây là xương ống chân, đây là xương bắp vế, đây là xương mông, đây là xương sống, đây là xương sọ. Tỳ-kheo quán sát thân này như sau: "Thân này cũng một tính chất như vậy, nó sẽ ra như vậy, không thể nào khác hơn."

Như vậy vị Tỳ-kheo sống quán thân trên nội thân, quán thân trên ngoại thân, quán thân trên cả nội ngoại thân. Vị ấy sống quán sự sinh khởi trên thân, quán sự

diệt tận trên thân, quán sự sinh diệt trên thân. "Thân thể là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là một Tỳ-kheo sống quán thân thể như là thân thể.

Lại nữa này các Tỳ-kheo, khi Tỳ-kheo thấy bị quăng bỏ trong nghĩa địa, một thi thể chỉ còn xương trắng như vỏ ốc... chỉ còn là đống xương lâu hơn ba năm... chỉ còn là xương thối trở thành bột. Tỳ-kheo quán thân này như sau: "Thân này cũng một tính chất như vậy, nó sẽ ra như vậy, không thể nào khác hơn."

Như vậy vị Tỳ-kheo sống quán thân trên nội thân, quán thân trên ngoại thân, quán thân trên cả nội ngoại thân. Vị ấy sống quán sự sinh khởi trên thân, quán sự diệt tận trên thân, quán sự sinh diệt trên thân. "Thân thể là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là một Tỳ-kheo sống quán thân thể như là thân thể.

II. Quán thọ

Này các Tỳ-kheo, như thế nào Tỳ-kheo sống quán thọ trên các thọ? Này các Tỳ-kheo, ở đây khi Tỳ-kheo cảm giác lạc thọ, tuệ tri rằng: Tôi cảm giác lạc thọ, khi cảm giác khổ thọ, tuệ tri rằng: Tôi cảm giác khổ thọ, khi cảm giác bất khổ bất lạc thọ, tuệ tri rằng: Tôi cảm giác bất khổ bất lạc thọ. Hay khi cảm giác lạc thọ thuộc vật chất, tuệ tri rằng: Tôi cảm giác lạc thọ thuộc vật chất; hay khi cảm giác lạc thọ không thuộc vật chất, tuệ tri rằng: Tôi cảm giác lạc thọ không thuộc vật chất. Hay khi cảm giác khổ thọ thuộc vật chất, tuệ tri rằng: Tôi cảm giác khổ thọ thuộc vật chất. Hay khi cảm giác khổ thọ không thuộc vật chất, tuệ tri rằng: Tôi cảm giác khổ thọ không thuộc vật chất. Hay khi cảm giác bất khổ bất lạc thọ thuộc vật chất, tuệ tri rằng: Tôi cảm giác bất khổ bất lạc thọ thuộc vật chất. Hay khi cảm giác bất khổ bất lạc thọ không thuộc vật chất, tuệ tri rằng: Tôi cảm giác bất khổ bất lạc thọ không thuộc vật chất. Như vậy vị ấy sống quán thọ trên các nội thọ, hay sống quán thọ trên các ngoại thọ, hay sống quán thọ trên nội thọ, ngoại thọ. Hay sống

quán sự sinh khởi trên các thọ; hay sống quán sự diệt tận trên các thọ; hay quán tính sinh diệt trên các thọ. "Thọ là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là Tỳ-kheo sống quán cảm thọ trên các thọ.

III. Quán tâm

Này các Tỳ-kheo, như thế nào Tỳ-kheo sống quán tâm trên tâm? Này các Tỳ-kheo, ở đây Tỳ-kheo khi tâm có tham, tuệ tri rằng: Tâm có tham; tâm không tham, tuệ tri rằng: Tâm không tham; tâm có sân, tuệ tri rằng: Tâm có sân; tâm không sân, tuệ tri rằng: Tâm không sân; tâm có si, tuệ tri rằng: Tâm có si; tâm không si, tuệ tri rằng: Tâm không si; tâm thâu nhiếp, tuệ tri rằng: Tâm được thâu nhiếp; tâm tán loạn, tuệ tri rằng: Tâm bị tán loạn; tâm quảng đại, tuệ tri rằng: Tâm được quảng đại; tâm không quảng đại, tuệ tri rằng: tâm không được quảng đại; tâm hữu hạn, tuệ tri rằng: Tâm hữu hạn; tâm vô thượng, tuệ tri rằng: Tâm vô thượng; tâm có định, tuệ tri rằng: Tâm có định; tâm không định, tuệ tri rằng: Tâm

không định; tâm giải thoát, tuệ tri rằng: Tâm có giải thoát; tâm không giải thoát, tuệ tri rằng: Tâm không giải thoát.

Như vậy vị ấy sống quán tâm trên nội tâm; hay sống quán tâm trên ngoại tâm; hay sống quán tâm trên nội tâm, ngoại tâm. Hay sống quán sự sinh khởi trên tâm; hay sống quán sự diệt tận trên tâm; hay sống quán sự sinh diệt trên tâm. "Tâm là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là Tỳ-kheo sống quán tâm trên tâm.

IV. Quán pháp

1. Năm triền cái

Này các Tỳ-kheo, thế nào là Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp? Này các Tỳ-kheo, ở đây Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm triền cái. Và này các Tỳ-kheo, thế nào là Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm triền cái? Này các Tỳ-kheo, ở đây Tỳ-kheo nội tâm có ái dục, tuệ tri rằng: nột tâm tôi có ái dục, hay nội tâm không có ái dục, tuệ tri rằng:

nội tâm tôi không có ái dục. Với ái dục chưa sinh nay sinh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy. Với ái dục đã sinh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy. Với ái dục đã được đoạn diệt, tương lai không sinh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy. Hay nội tâm có sân hận, tuệ tri rằng: Nội tâm tôi có sân hận; hay nội tâm không có sân hận, tuệ tri rằng, nội tâm tôi không có sân hận. Với tâm sân hận chưa sinh nay sinh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy. Với sân hận đã sinh, nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy. Với sân hận đã được đoạn diệt, tương lai không sinh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy. Hay nội tâm có hôn trầm thụy miên, tuệ tri rằng: Nội tâm tôi có hôn trầm thụy miên; hay nội tâm không có hôn trầm thụy miên, tuệ tri rằng: Nội tâm tôi không có hôn trầm thụy miên. Với hôn trầm thụy miên chưa sinh nay sinh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy. Với hôn trầm thụy miên đã sinh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy. Với hôn trầm thụy miên đã được đoạn diệt, tương lai không còn sinh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy. Hay nội tâm có trạo hối, tuệ tri rằng: Nội tâm tôi có trạo hối; hay nội tâm không có trạo hối, tuệ tri rằng: Nội tâm tôi không có trạo hối. Với

trạo hối chưa sinh nay sinh khởi, vi ấy tuệ tri như vậy. Với trạo hối đã sinh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy. Với trạo hối đã được đoạn diệt, tương lai không sinh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy. Hay nội tâm có nghi tuệ tri rằng: nội tâm tôi có nghi; hay nội tâm không có nghi, tuệ tri rằng: Nội tâm tôi không có nghi. Với nghi chưa sinh nay sinh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy. Với nghi đã sinh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy. Với nghi đã được đoạn diệt, tương lai không sinh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy.

Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp, hay sống quán pháp trên các ngoại pháp, hay sống quán pháp trên các nội pháp, ngoại pháp; hay sống quán sự sinh khởi của các pháp, hay sống quán sự diệt tận của các pháp, hay sống quán sự sinh diệt của các pháp. "Các pháp là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm triền cái.

2. Năm thủ uẩn

Lại nữa, này các Tỳ-kheo, Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm thủ uẩn. Thế nào là Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm thủ uẩn? Này các Tỳ-kheo, Tỳ-kheo suy tư: "Đây là sắc, đây là sắc tập, đây là sắc diệt. Đây là thọ, đây là thọ tập, đây là thọ diệt. Đây là tưởng, đây là tưởng tập, đây là tưởng diệt. Đây là hành, đây là hành tập, đây là hành diệt. Đây là thức, đây là thức tập, đây là thức diệt."

Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp, hay sống quán pháp trên các ngoại pháp, hay sống quán pháp trên các nội pháp, ngoại pháp; hay sống quán sự sinh khởi của các pháp, hay sống quán sự diệt tận của các pháp, hay sống quán sự sinh diệt của các pháp. "Các pháp là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm thủ uẩn.

3. Sáu nội ngoại xứ:

Lại nữa này các Tỳ-kheo, Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với sáu nội ngoại xứ. Này các Tỳ-kheo, ở đây Tỳ-kheo tuệ tri mắt và sắc, do duyên hai pháp này, kết sử[5] sinh, vị ấy tuệ tri như vậy; với kết sử chưa sinh nay sinh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; với kết sử đã sinh nay đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy; với kết sử đã đoạn diệt tương lai không sinh, vị ấy tuệ tri như vậy. Vị ấy tuệ tri tai và âm thanh...mũi và mùi...lưỡi và vị...thân và xúc...ý và các pháp; do duyên hai pháp này kết sử sinh, vị ấy tuệ tri như vậy; với kết sử chưa sinh nay sinh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; với kết sử đã sinh nay đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy; với kết sử đã đoạn diệt tương lai không sinh, vị ấy tuệ tri như vậy.

Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp, hay sống quán pháp trên các ngoại pháp, hay sống quán pháp trên các nội pháp, ngoại pháp; hay sống quán sự sinh khởi của các pháp, hay sống quán sự diệt tận của các pháp, hay sống quán sự sinh diệt của các pháp. "Các pháp là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy

chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với sáu nội ngoại xứ.

4. Bảy giác chi

Lại nữa này các Tỳ-kheo, Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với bảy giác chi. Này các Tỳ-kheo, một Tỳ-kheo khi nội tâm có *niệm* giác chi, tuệ tri rằng "nội tâm tôi có niệm giác chi"; hay nội tâm không có niệm giác chi, tuệ tri rằng "nội tâm tôi không có niệm giác chi"; và với niệm giác chi chưa sinh nay sinh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; với niệm giác chi đã sinh nay được tu tập viên thành, vị ấy tuệ tri như vậy. Hay nội tâm có *trạch pháp* giác chi...*tinh tấn* giác chi... *hỉ* giác chi... *khinh an* giác chi... *định* giác chi... *xả* giác chi, tuệ tri rằng: "nội tâm tôi có xả giác chi"; hay nội tâm không có xả giác chi, tuệ tri rằng" nội tâm tôi không có xả giác chi"; và với xả giác chi chưa sinh nay sinh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; với xả giác chi đã sinh nay được tu tập viên thành, vị ấy tuệ tri như vậy.

Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp, hay sống quán pháp trên các ngoại pháp, hay sống quán pháp trên các nội pháp, ngoại pháp; hay sống quán sự sinh khởi của các pháp, hay sống quán sự diệt tận của các pháp, hay sống quán sự sinh diệt của các pháp. "Các pháp là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với *bảy giác chi.*

5. Bốn diệu đế (sự thật vi diệu)

Lại nữa này các Tỳ-kheo, Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bốn sự thật. Này các Tỳ-kheo, ở đây một Tỳ-kheo như thật tuệ tri: "Đây là Khổ"; như thật tuệ tri: "Đây là Khổ tập"; như thật tuệ tri: "Đây là Khổ diệt"; như thật tuệ tri: "Đây là Con đường đưa đến Khổ diệt."

Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp, hay sống quán pháp trên các ngoại pháp, hay sống quán pháp trên các nội pháp, ngoại pháp; hay sống quán sự

sinh khởi của các pháp, hay sống quán sự diệt tận của các pháp, hay sống quán sự sinh diệt của các pháp. "Các pháp là như vậy." Sự quán chiếu này hiện diện nơi vị ấy chỉ cốt để có chính tri, chính niệm, và vị ấy sống không nương tựa bám víu gì trên đời. Này các Tỳ-kheo, như vậy là Tỳ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với *Bốn thánh đế*.

Này các Tỳ-kheo, vị nào tu tập Bốn Niệm Xứ này như vậy trong bảy năm, thì có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chính trí ngay trong hiện tại; hay nếu còn hữu dư y[6], chứng quả Bất hoàn. Này các Tỳ-kheo, không cần đến bảy năm, có người tu tập Bốn Niệm Xứ này như vậy trong sáu năm, năm năm, bốn năm, ba năm, hai năm, một năm cũng có thể chứng một trong hai quả: Một là chứng Chính trí ngay trong hiện tại; hay nếu còn hữu dư y, chứng quả Bất hoàn. Này các Tỳ-kheo, không cần đến một năm, có người tu tập Bốn Niệm Xứ này trong bảy tháng cũng có thể chứng một trong hai quả: Một là chứng Chính trí ngay trong hiện tại; hay nếu còn hữu dư y, chứng quả Bất hoàn. Này các Tỳ-

kheo, không cần đến bảy tháng, có người tu tập Bốn Niệm Xứ này trong sáu tháng, năm tháng, bốn tháng, ba tháng, hai tháng, một tháng, nửa tháng có thể chứng một trong hai quả : Một là chứng Chính trí ngay trong hiện tại; hay nếu còn hữu dư y, chứng quả Bất hoàn. Này các Tỳ-kheo, không cần đến nửa tháng, có người tu tập Bốn Niệm Xứ này trong bảy ngày, có thể chứng một trong hai quả : Một là chứng Chính trí ngay trong hiện tại; hay nếu còn hữu dư y, chứng quả Bất hoàn.

Này các Tỳ-kheo, đây là con đường độc nhất đưa đến thanh tịnh cho hữu tình chúng sinh vượt khi sầu não, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chính trí, chứng ngộ Niết-bàn. Đó là Bốn Niệm Xứ.

Thế tôn thuyết giảng như vậy. Các Tỳ-kheo ấy hoan hỉ tín thọ lời Thế tôn.

(Căn cứ bản dịch của HT Minh Châu và bản Pháp ngữ của W. Rahula, 1978.)

CHÚ THÍCH

[1] *Nghĩa là chỉ thấy thân thể là thân thể, không thêm những khái niệm khác như thân của tôi, nam, nữ, trẻ, già v.v...*

[2] *Ngồi kiết già là hai chân bắt chéo nhau, bàn chân phải ngửa trên vế trái, bàn chân trái ngửa trên vế phải. Đặt chính niệm trước mặt là để tâm vào khoảng trống trước mặt, chỗ mình đang ngồi, mục đích là khỏi mơ mộng viển vông khiến tâm tán loạn.*

[3] *Toàn thân nghĩa là toàn thể độ dài của hơi thở.*

[4] *Tuệ tri là biết với trí tuệ ly tham chứ không phải chỉ biết bằng ý thức. Vì như kẻ trộm cũng rất ý thức từng động tác của mình khi đi ăn trộm, nhưng đấy không thể gọi là tuệ tri được.*

[5] *Những gì cột trói và sai khiến tâm.*

[6] *Còn thân.*

Vài nét về dịch giả



Ni Trưởng Thích Nữ Trí Hải
1938-2003

- Pháp danh Tâm Hỷ, thế danh Công Tằng Tôn Nữ Phùng Khánh
- Tốt nghiệp Đại Học Sư Phạm (VN) và Cao học về thư viện (USA)
- 1964 xuất gia tại chùa Hồng Ân (Huế)
- Giảng sư Viện Đại học Vạn Hạnh và các trường cao cấp Phật Học, phụ trách lớp Trung Bộ Kinh bằng Anh Ngữ cho Tăng Ni sinh.
- Tuyên Luật sư các Đại Giới Đàn; phó viện trưởng Viện Nghiên cứu Phật Học Việt Nam.

- Ngoài sự nghiệp văn hóa, giáo dục, cuộc đời của Ni Trưởng còn gắn bó mật thiết với thân phận của đồng bào nghèo khó, thất học, yếu đau khắp mọi miền đất nước, không ngừng cứu trợ các nạn nhân thiên tai và chiến tranh. Từ những ngày đảm trách Trung Tâm An Sinh Xã Hội, Ni Trưởng đã đeo đuổi sự nghiệp giúp người cho đến giờ phút cuối cùng của đời mình, dù khó khăn gian khổ đến đâu.

- Ngoài các hoạt động hoằng pháp và từ thiện, Ni Trưởng đã dành rất nhiều thì giờ cho việc phiên dịch, biên soạn và in ấn kinh điển để giúp tăng ni, phật tử có thêm tài liệu nghiên cứu tu học mà tổng số lên đến cả trăm tác phẩm.

Đặc biệt nổi tiếng là những dịch phẩm: Câu chuyện Dòng Sông; Con Đường Thoát Khổ, Thanh Tịnh Đạo Luận; Gandhi Tự Truyện, Tạng Thư Sống Chết, Giải Thoát Trong Lòng Tay...

Ni Trưởng còn trước tác 1 số tác phẩm khác mà quan trọng nhất là Các Bản Toát yếu Trung Bộ Kinh (3 tập)

Mục Lục

Hồi Hướng

Nguyện đem công đức này
Hướng về khắp tất cả
Đệ tử và chúng sanh
Đều trọn thành Phật đạo

Tri Ân

Như Lai Thiền Viện xin chân thành tri ân:

- Nhóm bạn đạo Phan thị Như (Canada) đã hoan hỷ cho phép NLTV được tái bản ấn tống quyển "Đức Phật đã dạy những gì" cũng như đã cung cấp phần ảnh và tiểu sử dịch giả.

- Các bạn đạo: Thanh Trâm (VN) Ngô Liên Hoa, Nguyễn văn Xiêm, Thanh Hương, Minh Đức, Trần Quang, Trâm Anh, Phạm Long, Hoàng - Thùy, đã tích cực giúp phần tài liệu, liên lạc, đánh máy, kỹ thuật...

Danh sách Phật Tử hùn phước ấn tống 2 quyển "Con đường hạnh phúc" và "Con đường thoát khổ" (Đức Phật đã dạy những gì)

Các Sư: Pháp Luân, Tinh Tuệ. Các sư cô: Tịnh Quang, Viên Thành, Tịnh Như, Linh Quả, Diệu Pháp, Viên Chung Đạo.

Bửu Bào Xuân Can; Đào Hữu Phan (Canada), Đỗ Thúy Khoát, Nguyễn Ninh (Canada), Đỗ Đình Lộc; Đỗ Khánh, Châu Quang; Diệu Giác, Diệu Mỹ, Diệu Hạnh, Đào Trọng Hiệp, Quách Ngọc Đông; Mai Anh Từ; Lâm Trần Hồng; Nguyễn Hoàng Lan; Phạm Hoàng; Phạm Linh, Phạm Minh Tú; Phạm Long; Ngô Liên Hoa, Huỳnh Muội, Lý Mai;. Không Cam; Trâm Trương; Tôn Nữ Kim Thơ; Quảng Tín; Quảng Tịnh; Hoàng Sằng; Hồng Thảo (Pháp); Phạm Kevin; Phạm Tố Anh; Kiều Đắc Tú; Thái Kim Hoa, Quảng Thanh-Cẩm Huyền; Nita Truitner; Nguyễn Hạnh Nhơn; Lê Xuân Chi, Phạm Tịnh Thúy; Nguyễn Xuân Liễu; Nguyễn Hương Hoàng; Nguyễn Ngọc Minh; Kim Sơn-Thiện Long; Nguyễn văn Sơn; Thiện Kỉnh-Diệu Quý; Nguyễn Lan; Tâm Minh-Nguyên Hương, Phùng thị Thảo-Nguyễn văn Hương; Nguyễn Trí-Thủy; Nguyễn thị Ký; Laura-Michelle Phùng; Sơn Thy Lương; Trương Hà, Trương Điền, Trần Du, Trần Minh Lợi; Tâm Hân-Hùng; Trần Bạch Tiết, Kim Vân; Lục Vân; Huỳnh Thanh Sơn; Tuệ Nhật-Từ Thủy; Ngọc Sương-Hồng Ngọc Ami; Viên Tường, Võ Huỳnh Sơn, Võ Thiện Nghiệp, Võ Phước Sơn-Diệu Tín-Pháp Tâm, Vũ Bạch Tuyết; Lương Thục Anh; Tâm-Tiến Lương, Lương An Duyên, Đặng

Trần Phương; Hương Lương; Hà Thái; Phạm thị Nga-Phương Lệ Chi; Chung Minh Kiến; Nguyễn Cẩm Vân; Hồng Ngọc; Chung Lộc; An Tín; Huỳnh Thông-Diệu Trí; Bình-David Teoh; Định-Hưng; Nguyễn Sanh-Liên; Thùy Khanh-Nguyên Cung- Nguyên Khiêm; Trần Tươi; Nguyễn Bá Ngọc; Yến-Phong; Vinh-Lệ; Hồ Đắc A Diên, Bạch Vân-Bạch Tuyết (Pháp)-Bạch Nhựt, Cao thị Cúc, Nguyễn Trang Anh, Lê thị Hừng, Diệu Bình, Nguyễn Tú Anh, Ananda Nguyễn (Pháp), Nguyễn Ngọc Liên (Pháp) Lê thị Vân (Canada), Lê thị Huệ (Thụy Sĩ)-Phi Phượng, Quách Anh Hoa (Bỉ) Thy Thy, Võ Kim Phụng, Diệu Thành-Diệu Viên, Diệu Tâm, Thanh Tịnh, Hoàng Như Giao, Kim Vũ Trương, Nhóm Nguyên Thủy CA, Ngọc Lan Trần, Lai Chúc Phương, Diệu Hạnh, Diệu Tịnh, Diệu Thuần, Minh Tâm, Minh Trí, Minh Hạnh, Lang Mỹ Khanh, Vương Minh Thu, Phạm Phú Luyện, Trần Đình Kham, GĐ Cụ Nguyên Nhân-Từ Cát, Võ Trinh-Hải, Phạm Hạnh-Trịnh Viễn, Marie Louise Phan, Huỳnh Chung Thủy, nhóm bạn học Ni Sư Trí Hải: Bạch Vân-Kim Khuê-Bạch Tuyết-Kim Cúc-Bích Hà-Minh Nguyệt-Hoàng Oanh-Tâm Trân-Trí Minh-Thanh Trí-Như Lưu-Lê Thanh Tâm-Tiểu Bích-Như Trà-Hồng Diệu-Tôn Thất Bàng, Tường Huy, Nguyễn Long Châu, Vũ thị Mai, Diệu Sử, Nguyệt Dũ, Diệu Đức-Trần Thu Cúc, Đinh thị Sen, Quảng Huệ, Ngọc Anh-Tuấn Anh, Kim Anh, Diệu Kim, Nguyễn Kim Liên, Huỳnh Ngọc Hoan, Nguyễn thị Tùng, Chúc Tiên-Thiện Đăng, Diệu Huệ-Keiko Từ Chiếu Huệ Giao Đại Phụ,Chánh Thiện-Ngọc Tín, Bùi Thiên Vũ, Diệu Hồng-Tịnh Lạc, Võ Hòa-Lê Chiêu, Nguyễn Kim Long, Trần Minh; Nguyên Sương-Nguyên Sanh-Nguyên An (chùa Hoa Nghiêm, VA), Nguyễn Điệp, Nguyễn Thúy Hồng.

Printed by PAPYRUS
1002 S. 2nd Street
San Jose, CA 95112
Tel: (408) 971-8843

ĐỨC PHẬT
đã dạy những gì

"Như cây trổ chồi xanh
Trong rừng đầu mùa hạ,
Pháp Thế tôn tuyên giảng
Tịnh lạc và thù thắng
Lợi ích mọi chúng sanh
Dẫn chắc đến Niết Bàn.
Như vậy nơi Phật, Pháp
Là châu báu cửu diệu
Mong với sự thật này
Chúng sanh được hạnh phúc!"

Kinh Tam Bảo

Như Lai Thiền Viện
1215 Lucretia Ave.
San Jose, CA 95122
Tel: (408) 294-4536
wwww.tathagata.org

SÁCH ẤN TỐNG